

Benefícios da Dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down

Relatório de Mestrado

Ângela Margarida de Sousa

Trabalho realizado sob a orientação de

Professora Doutora Isabel Varregoso

Professora Doutora Marisa Barroso

Leiria, setembro, 2016

Educação Especial Domínio Cognitivo – Motor

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS SOCIAIS

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LEIRIA

AGRADECIMENTOS

A concretização desta tese só se tornou possível, porque contou com a colaboração, estímulo e apoio de várias pessoas e entidades. Desta forma, não poderia deixar de manifestar, de forma bem vincada, todo o reconhecimento, e gratidão a quem, direta e indiretamente me ajudou ao longo deste percurso.

Agradeço às Instituições que albergam este mestrado, à Escola Superior de Educação e Ciências Sociais e ao Instituto Politécnico de Leiria pela oportunidade de elaborar este estudo e estar a um passo mais à frente de terminar mais uma etapa.

Agradeço à minha coordenadora de Mestrado Professora Doutora Maria Antónia Barreto, pela incentivo e pelo encorajamento.

Agradeço às minhas orientadoras Professora Doutora Isabel Varregoso e Professora Doutora Marisa Barroso pelos conhecimentos transmitidos, pela exigência, paciência e frontalidade e pelo elevado profissionalismo que foram aspetos decisivos ao longo deste processo formativo.

Agradeço às instituições CEERIA e à Academia de Música de Alcobaça por me terem acolhido e me terem dado a oportunidade de desenvolver o estudo. Agradeço de forma especial ao jovem com Síndrome de Down, por tudo o que aprendi.

Obrigada Nuno por seres o meu ombro, o meu companheiro, o meu melhor amigo! Agradeço-te especialmente todo o apoio incansável e compreensão que sempre tiveste enquanto trabalhei para este projeto e nunca me deixaste desistir.

Obrigada André e Diogo, pela vossa compreensão e carinho que me deu força para chegar ao final. Obrigada por terem acreditado na Mãe. Obrigada à minha amiga Dalila, pelo incentivo, positivismo e apoio que me deu ao longo deste ano. A todos que me apoiaram, acreditaram e me fizeram acreditar que eu era capaz, o meu sincero e sentido Obrigada!

RESUMO

Através da prática de dança poderão ocorrer melhorias em aspetos motores, aumento da auto estima, bem como, da independência funcional e relação a nível social. A dança pode ter influência física e intelectual nos indivíduos com Síndrome de Down e a dança pode ser um facilitador de desenvolvimento que ajuda a melhorar a qualidade de vida de um individuo com deficiência e a ultrapassar as limitações inerentes à problemática.

O presente estudo teve como objetivo central perceber quais são os benefícios e qual a importância que a dança tem, especificamente, ao nível do desenvolvimento integral de um individuo com Síndrome de Down. É um estudo de caso, cuja unidade de análise recai sobre uma amostra única, um sujeito do sexo feminino com dezoito anos de idade, com Síndrome de Down que frequenta um centro atividades ocupacionais de uma instituição pública de educação especial.

De forma a garantir a fiabilidade das interpretações do investigador e consequentemente que o estudo pudesse contribuir para o aumento de reflexões sobre o tema, optou-se por utilizar diversas fontes de dados, gerando-se condições para a sua triangulação. Realizou-se a entrevista semiestruturada ao sujeito com Síndrome de Down, aplicou-se o inquérito por questionário a dez técnicos da Instituição, à professora de dança e aos pais do sujeito e recorreu-se à análise de documentos.

Conclui-se que a dança trouxe benefícios ao nível do desenvolvimento integral do individuo com Síndrome de Down. Os benefícios evidenciados pelo indivíduo prendem-se com o domínio emocional (calma, segurança, prazer e descoberta). Os pais evidenciam o domínio afetivo (expressão, controlo de impulsividade e a afectividade positiva), a professora de dança e os técnicos evidenciam o domínio social (companheirismo, da integração social e relação interpessoal) e o domínio emocional (bem-estar, efetividade positiva e a espontaneidade), como os mais trabalhados ao nível do seu desenvolvimento integral.

Todos os intervenientes do estudo evidenciaram que a dança contribuiu para a melhoria de qualidade de vida do indivíduo praticante, do seu bem estar e promoveu a sua inclusão na Instituição.

Palavras-chave

Dança, Síndrome de Down, Benefícios, Desenvolvimento integral.

ABSTRACT

The practice of dance can promote improvements in motor aspects, self-esteem, as well as functional independence and social relations. Dance can have physical and intellectual influence in individuals with Down syndrome and may be a development facilitator that helps improve the quality of life of individuals with disabilities and to overcome the limitations inherent to their problems.

This study aimed to understand the benefits and the importance of dance to the comprehensive development of an individual with Down syndrome. It is a case study, whose unit of analysis rests on a single sample, an eighteen-year-old female subject with Down syndrome attending the Occupational Activities Center of a special education public institution.

In order to ensure the reliability of the researcher, interpretations and therefore a valid contribution to the increase of reflections on the theme, we chose to use multiple data sources, thus generating conditions for triangulation. We conducted a semi-structured interview to the subject with Down syndrome and a survey was applied to ten technicians of the institution, the dance teacher and the subject's parents. We also appealed to the analysis of documents.

It is concluded that dance has brought benefits to the full development of the individual with Down syndrome. The benefits evidenced by the individual are connected with the emotional domain (calm, security, pleasure and discovery). Parents highlight the affective domain (expression, impulsivity control and positive affectivity) and the dance teacher and technicians of the institution highlight the social domain (companionship, social integration and interpersonal relationships) and the emotional domain (well-being, positive affectivity and spontaneity) as the most worked, considering the integral development of the subject. All study participants showed that dancing contributed to improving the quality of life of the individual, well-being, and promoted its inclusion in the institution.

Key words

Dance, Down Syndrome, Benefits, Full development.

ÍNDICE GERAL

AGRADECIMENTOS	i
RESUMO	ii
ABSTRACT	iv
ÍNDICE GERAL	vi
ÍNDICE DE TABELAS	viii
ÍNDICE DE FIGURAS	ix
ABREVIATURAS	x
INTRODUÇÃO.....	1
1.1 Justificação da temática.....	1
1.2 Problemática e pergunta de partida	3
1.3 Objetivos da investigação.....	3
1.4 Organização do Estudo	5
PARTE I- ENQUADRAMENTO TEÓRICO.....	6
<i>Capítulo 1 - Síndrome de Down ou Trissomia 21</i>	6
1.1 Características do indivíduo com Síndrome de Down	9
1.2 Desenvolvimento de um indivíduo com Síndrome de Down	15
1.2.1 Desenvolvimento cognitivo	18
1.2.2 Desenvolvimento da linguagem e comunicação	20
1.2.3 Desenvolvimento psicomotor	21
1.2.4 Desenvolvimento social.....	22
<i>Capítulo 2 - Dança e desenvolvimento pessoal e social</i>	24
2.1 Significado e benefícios da Dança	24
2.2 A Dança como fator de desenvolvimento	30
PARTE II – Estudo Empírico.....	37

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1- Características do portador de Síndrome de Down (Trancoso & Cerro, 2005)	14
Tabela 2- Constituição do painel dos especialistas na área metodológica e científica	52
Tabela 3- Constituição do painel dos especialistas na população do estudo	53
Tabela 4- Índice de validade de conteúdo da Entrevista	54
Tabela 5- Grelha de categorização da análise de conteúdo da Entrevista	58

ÍNDICE DE FIGURAS

Gráfico 1 - Análise descritiva da questão “Motivos que levaram o Gil a praticar dança” do inquérito por Questionário realizado aos pais	63
Gráfico 2 – Análise descritiva da questão: “O que é mais importante ao frequentar as sessões de dança” do inquérito por Questionário realizado aos pais	65
Gráfico 3 – Análise descritiva da questão: “De que forma partilha com a família o que acontece nas sessões de dança” do inquérito por Questionário realizado aos pais	65
Gráfico 4 – Análise descritiva da questão: “Como define a dança no dia a dia do Gil” do Inquérito por Questionário realizado aos pais	66
Gráfico 5 - Caracterização quanto ao sexo do inquérito por Questionário realizado aos técnicos	66
Gráfico 6 – Caracterização quanto à idade inquérito por Questionário realizado aos técnicos	66
Gráfico 7 – Caracterização quanto às Habilitações académicas inquérito por Questionário realizado aos técnicos	67
Gráfico 8 –Caracterização quanto ao Tempo de serviço na função atual inquérito por Questionário realizado aos técnicos	67
Gráfico 9 – Análise descritiva da questão: “Características do Gil mais difíceis de lidar” do Inquérito por Questionário realizado aos técnicos	68
Gráfico 10 – Análise descritiva da questão: “Características do Gil que são mais fáceis de lidar” do inquérito por Questionário realizado aos técnicos	69
Gráfico 11 – Análise descritiva da questão: “Contribuição da dança para o desenvolvimento do Gil” do inquérito por Questionário realizado aos técnicos	69

ABREVIATURAS

A.M.A – Academia de Música Alcobça

CEERIA – Centro Educaço Especial de Reabilitao e Integrao de Alcobça

CAO – Centro de Atividades Ocupacionais

D.L. – Decreto-Lei

N.E.E. – Necessidades Educativas Especiais

O.M.S. - Organizao Mundial de Sade

S.D. - Sndrome de Down

UNESCO - Organizao das Naoes Unidas para a Educao das Cincias e da Cultura

*O que mais importa não é o novo que se vê,
mas o que se vê de novo
no que já tínhamos visto.*

Vergílio Ferreira

INTRODUÇÃO

1.1 Justificação da temática

Nos dias de hoje, a Dança é praticada por muitos, em grupos ou individualmente. O ser humano possui múltiplas habilidades físicas e a dança está relacionada, através do movimento corporal, com o seu crescimento e desenvolvimento. Através da mesma desenvolvem-se simultaneamente aspetos motores, emocionais, artísticos, cognitivos e sociais (Artaxo & Mutarelli, 2012). Estudos realizados têm confirmado que a dança é apreciada como uma forma de arte, entretenimento, atividade física e relacionamento social sendo vista como uma excelente alternativa para o desenvolvimento das capacidades do individuo com deficiência¹ (Ornelas & Souza, 2001; Saad, 2003; Aguiar, 2005; Cavasin, 2007; Franca & Boff, 2008; Santos & Coutinho, 2008; Strassel, Cherkin, Steuten, Sherman & Vrijhoef, 2011 ; Artaxo & Mutarelli, 2012 ; Bräuninger, 2012; Koch, Kunz, Lykou & Cruz, 2014). Relaciona-se a dança como um veículo, instrumento de intervenção que pode ser utilizado para recreação e/ou reabilitação (Santos et al., 2008).

Para a Organização Mundial de Saúde e para o Fundo das Nações Unidas para a deficiência UNICEF (1989), [...] *deficiência representa qualquer perda ou alteração de uma estrutura ou de uma função psicológica, fisiológica ou anatómica*. A situação de desvantagem – *handicap* – só se determina em relação a outrem, sendo por isso um fenómeno social. Ser deficiente foi e, em muitas circunstâncias ainda continua a ser considerado um estigma social por o individuo apresentar uma desvantagem, resultante de um comprometimento ou de uma incapacidade que o limita ou impede de ter seu desempenho normal (Saad, 2003). Essa deficiência, porém, não pode ser sinónimo de invalidez social, pois a sociedade e a pessoa com deficiência devem - se unir para

¹ Documentos como a Declaração dos Direitos da Criança (1921); Declaração dos Direitos do Homem (1948); Public Law nos Estados Unidos da América (1975); o Relatório Warnock-Reino Unido (1978); a Resolução das Nações Unidas (1994); a convenção sobre a proteção da diversidade das expressões culturais (2005); a Declaração Universal sobre Direitos Humanos (2006); Relatório de Desenvolvimento Humano (2013 e 2014), foram de grande relevância para que todas as crianças com deficiência passassem a receber uma educação o menos restritiva possível, e oferecidos os serviços merecidos para que pudessem desenvolver ao máximo as suas potencialidades para viver em forma tão normal quanto possível.

vencer os obstáculos (Oliveira, Zancan, Krug & Batistella, 2002). O Síndrome de Down, também conhecida como a mais antiga e comum anomalia cromossômica, teve, ao longo dos anos, várias denominações sobre a sua condição (Grillo, Souza & Campanelli, 2014). Tem-se assistido a mudanças significativas nas representações e nos comportamentos perante os indivíduos com Síndrome de Down (Leite, 2005). Segundo este autor, estas alterações sobre o conceito de Síndrome de Down e sobre a opinião das pessoas face ao mesmo, tem sido tema de estudos de investigação sobre as suas características e potencialidades a vários níveis. Constatase, assim, que relativamente à “deficiência”, na qual incluímos a Síndrome de Down, os últimos trinta anos foram marcos importantes em que se produziram fortes mudanças na forma de pensar e agir.

Para dar corpo a orientações internacionais, em Portugal, foram ocorrendo mudanças integradoras ao abrigo de legislação específica. Documentos legais como a Lei de Bases do Sistema Educativo, Decreto-Lei Nº 46/86 de 14 de Outubro, o Decreto-Lei Nº 319/91 de 23 de Agosto, o Despacho Conjunto Nº 105/97 de 1 de Julho, o Decreto-Lei Nº 20/2006 de 31 de Janeiro de 2006, o Decreto-Lei Nº 3/2008 de 7 de Janeiro, regulamentaram essas políticas expressando os princípios fundamentais de direito à educação, direito de igualdade de oportunidades e o direito à participação na sociedade (Rodrigues, 2014). Das perspetivas tradicionais baseadas nos cuidados, no tratamento e na reabilitação como forma de compensar as limitações das pessoas com deficiência, evoluiu-se para uma preocupação centrada nos direitos humanos e na inclusão social (Pinmentel, 2011; Strassel et al., 2011; Koch, Kunz, Lykou et.al. 2014).

Face ao panorama atual da ciência, o tema da dança têm sido alvo de vários estudos científicos que têm confirmado que a mesma pode ser uma excelente alternativa para o desenvolvimento das capacidades no indivíduo, não só como recurso terapêutico como também recurso preventivo (c.f.: Wang, Collet & Lau, 2004; Strassel et al., 2011 ; Mala, Karkou & Meekums, 2012; Ren & Xia, 2013). Para além do efeito terapêutico e preventivo a dança também tem sido utilizada em vários estudos científicos como fator de inclusão social que ajuda na integração social e cultural de indivíduos com limitações e deficiência (c.f.: Pinmentel, 2011; Antunes, 2013). Pretendemos no nosso estudo, através da singularidade de um caso, perceber como são percepcionados os benefícios e importância da dança referidos na literatura.

1.2 Problemática e pergunta de partida

Considerando estes mesmos estudos na revisão da literatura e pretendendo realçar a dança como fator de desenvolvimento, houve o interesse em perceber os efeitos apurados na perspetiva de um único indivíduo envolvido na sua abordagem e na opinião da família e de outros intervenientes. A presente investigação tem como fundo, a seguinte questão orientadora: *Quais os benefícios e qual a importância que a dança tem, especificamente, ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down?*

1.3 Objetivos da investigação

A definição dos objetivos do nosso estudo visa esclarecer o que é pretendido com a investigação. Mais concretamente, perceber, na singularidade de um caso, como são percecionados os benefícios e importância da dança referidos na literatura. Isto é, desenvolver e aprofundar o tema dos benefícios da dança como factor de desenvolvimento num único indivíduo com Síndrome de Down. Procurou-se através da definição dos objetivos geral e específicos, indicar as metas que se pretendem alcançar no final da nossa investigação, percebendo o fenómeno em questão e poder vir a acrescentar algum contributo ao estudo desta temática. A partir da questão orientadora definida anteriormente, definiram-se os objetivos estipulados a seguir.

Objetivo Geral

Perceber quais são os benefícios e qual a importância que a dança tem, especificamente, ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down.

Objetivos Específicos

1. Apurar quais os benefícios específicos da dança no desenvolvimento integral do indivíduo com Síndrome de Down - Gil:

- 1.1. evidenciados pelo indivíduo;
 - 1.2 evidenciados pelos pais;
 - 1.3 evidenciados pelos técnicos;
 - 1.4 evidenciados pela professora de dança;
2. Perceber, especificamente, qual a importância da dança ao nível do desenvolvimento integral do indivíduo com Síndrome de Down - Gil, atribuída pelos diferentes intervenientes no estudo;
3. Confirmar se a dança foi considerada, pelos intervenientes no estudo, uma ferramenta que melhorou o desenvolvimento integral do indivíduo com Síndrome de Down - Gil;

Motivações pessoais

O presente estudo, ***Benefícios da Dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down***, surge no âmbito do Mestrado em Educação Especial – Domínio Cognitivo-Motor, da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria. A escolha deste mestrado surgiu do gosto pela Educação Especial, área em que se trabalha desde a realização de especialização em Educação Especial Domínio Cognitivo–Motor há cinco anos atrás. Recentemente, por participar com um grupo da Intervenção Precoce nas sessões de expressão corporal e haver a oportunidade de assistir a sessões de dança com grupos inclusivos, partilharam-se momentos e episódios que despertaram para abordar este tema da dança nos indivíduos com Síndrome de Down. Desta forma, respeitando a deficiência pela sua diferença e especificidade, propôs-se fazer a investigação apresentada: um *estudo de caso*, através do qual se pretende evidenciar os benefícios e a importância da Dança tem ao nível do desenvolvimento integral, na perspetiva do indivíduo com Síndrome de Down, da professora responsável pelas sessões de dança, dos pais do indivíduo e dos técnicos que com eles trabalham.

1.4 Organização do Estudo

Para uma melhor compreensão e rigor da investigação, considera-se pertinente organizar o trabalho, da seguinte forma:

Na primeira parte deste trabalho refere-se ao enquadramento teórico em dois capítulos: o Capítulo 1 apresenta o enquadramento histórico do Síndrome de Down, a sua definição, os diferentes tipos de Síndrome de Down, o diagnóstico e as possíveis causas deste Síndrome. Neste capítulo, também se faz referência às características do indivíduo com Síndrome de Down e aborda-se o seu desenvolvimento ao nível cognitivo, ao nível do desenvolvimento da linguagem e comunicação, psicomotor e social.

O Capítulo 2 aborda o conceito da Dança, quais os seus benefícios e apresenta a dança como factor de desenvolvimento social, motor e cognitivo. Nesta fase do estudo, foram analisados vários estudos sobre a Síndrome de Down e os benefícios da prática de dança ao nível integral em indivíduos com esta deficiência, tendo sido esta base teórica do estudo fundamentada por autores de referência. Relaciona-se a dança como um veículo, instrumento de intervenção que pode ser utilizado para a recreação e/ou reabilitação (Santos & Coutinho, 2008).

A segunda parte deste trabalho, o Capítulo 3 apresenta detalhadamente a Metodologia da presente investigação. De forma sucinta, apresentam-se a problemática, pergunta de partida, objeto de investigação, objetivos, características da amostra, os instrumentos e técnicas utilizadas na recolha de dados.

Na parte três, apresentam-se e discutem-se os resultados. No Capítulo 4 procede-se à análise e tratamento dos resultados e, para finalizar, no Capítulo 5 apresentam-se a discussão dos resultados.

Por fim, apresentam-se as conclusões finais desta investigação, com resposta à pergunta de partida e aos objetivos e identificação de limitações deste estudo. Seguem-se as referências bibliográficas e os Anexos considerados importantes para a compreensão do estudo.

PARTE I- ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Capítulo 1 - Síndrome de Down ou Trissomia 21

O Mongolismo, mais tarde conhecido por síndrome de Down, foi descrito, pela primeira vez, na Grã-Bretanha, no séc. XIX, pelo médico inglês John Langdon Down (Londres, 1866), com base em algumas características observadas em crianças internadas num asilo de Surrey (Inglaterra). Na segunda metade do séc. XX, J. Lejeune e colaboradores (Paris, 1959) descobrem que o Mongolismo resulta da presença de um cromossoma 21 supranumerário (três cromossomas, em vez dos dois habituais), pelo que esta doença genética passou a designar-se, corretamente por Trissomia 21 (literalmente: três cromossomas 21).

Troncoso & Cerro (2005, p. 7)

Muito antes de se ter descoberto a origem genética do Síndrome de Down, o médico inglês John Langdon Down descreveu o problema como um conjunto distinto de características, fazendo o seu primeiro relatório científico, no qual se baseava nas características físicas tais como: cabelo fino e liso, nariz pequeno e face larga associadas ao funcionamento mental subnormal (Sampedro, Blasco e Hernández cit. por Bautista, 1997; Skallerup, 2015). Em 1866, a sua descoberta tornou-se mundialmente conhecida quando diferenciou Síndrome de Down relativamente a outras doenças, sendo também responsável pela designação do problema como “ mongolismo”. No séc. XX, foram feitas por vários cientistas inúmeras investigações e dados os avanços da investigação genética ajudaram a entender-se a causa do Síndrome de Down, o descobridor da sua causa genética foi o geneticista Lejeune, em 1959. O referido investigador realizou estudos com cromossomas que impulsionaram a descoberta através de uma análise sanguínea da existência de um cromossoma extra nas células das do bebé com Síndrome de Down, descobrindo mais tarde, que o cromossoma suplementar se localizava precisamente no cromossoma 21. As suas descobertas levaram à descoberta de outras formas de Síndrome de Down, incluindo a translocação e o mosaicismo (Morato, 1995;

Sampedro, et al., 1997; Skallerup, 2015).

O Síndrome de Down ou Trissomia 21 define-se como uma alteração da organização genética e cromossômica do par 21. Significa que se tem uma especificidade genética que resulta na presença de um cromossoma suplementar numa ou em todas as células dos vários milhões que compõem o organismo. Resumidamente, em vez de ter duas cópias do cromossoma 21, tem-se três. Em resultado disso, apresenta um total de 47 cromossomas nas células, em vez dos habituais 46 (Skallerup, 2015). O termo “Síndrome” (Síndrome de Down) refere-se a um conjunto de sinais e sintomas que tendem a ocorrer em conjunto e que refletem a presença de um problema específico. A Trissomia 21 é também conhecida por “Síndrome” porque produz um padrão identificável de particularidades em diferentes áreas do corpo, ou seja, significa a existência de sinais ou características. Segundo Ornelas & Sousa (2001). Para Skallerup, (2015), Síndrome de Down é uma anomalia que se clarifica no âmbito das deficiências mentais, causada por um acidente biológico, fazendo parte do grupo de encefalopatias não progressivas que são doenças localizadas no cérebro e que constituem um conjunto de quadros clínicos com variados sintomas patológicos mental e motor. Segundo Morato (1995), esta alteração é resultante dum processo irregular da divisão celular cuja explicação pode ter origem accidental, circunstancial ou numa predisposição hereditária (materna ou paterna).

A anomalia que se verifica na divisão celular que determina uma disposição anormal dos cromossomas com a presença de um cromossoma adicional, três em vez de dois, no par 21, segundo vários autores pode ser originada por três fatores distintos dando lugar a três tipos de Síndrome de Down ou Trissomia 21: a Trissomia 21 por não-disjunção, a Trissomia 21 por translocação e o mosaicismo (Sampedro, et. al., cit. por Bautista, 1997; Pueschel, 1999; Skallerup, 2015). Cerca de 95% das crianças com Síndrome de Down resulta da não - disjunção, ou inexistência de separação de um par de cromossomas durante a meiose. Este tipo de trissomia é explicado pela presença de um cromossoma extra do par 21, em todas as células devido à ocorrência da não disjunção dos cromossomas na divisão celular (meiose). O cromossoma extra é uma cópia completa do cromossoma 21. É uma terceira cópia que está presente em adição ao par de cromossoma 21 normal, resultando em 24 cromossomas. Isto significa que o indivíduo afetado tem 47 cromossomas em cada célula do organismo, tornando todas as células idênticas (Sampedro, et al., 1997; Skallerup, 2015). Segundo as mesmas autoras,

no Síndrome de Down, é o cromossoma 21 que não se separa, como devia. A divisão errada do cromossoma durante a meiose faz com que óvulo fertilizado tenha três cromossomas 21 em vez de dois e à medida que o novo embrião começa a crescer, divide-se e duplica-se, o cromossoma suplementar é também copiado e transmitido a todas as novas células e o resultado é que todas as células da criança contém o cromossoma 21 suplementar (Sampedro, et al., 1997; Skallerup, 2015).

Só cerca de 4% a 5% das crianças com Trissomia 21 têm Trissomia 21 por translocação. A translocação pode acontecer no momento da formação do espermatozoide ou do óvulo, ou ainda no momento em que se produz a 1ª divisão celular, quando uma parte de um cromossoma ou um cromossoma inteiro se separa durante a meiose, aderindo a outro cromossoma (Sampedro et al., 1997; Skallerup, 2015). Quando é o cromossoma 21 a fazer a translocação ou a separa-se e a aderir a outro cromossoma, o óvulo fertilizado que resulta tem trissomia 21 por translocação. Normalmente, uma criança com Trissomia 21 por translocação tem um cromossoma inteiro suplementar em todas as suas células, apesar de uma parte do cromossoma suplementar ter sido translocada para outra célula. Desta forma, a trissomia 21 por translocação, tem, habitualmente, os mesmos efeitos na criança que a trissomia 21 não-disjuntiva. As autoras adiantam que cada três quartos das translocações ocorrem naturalmente durante a fertilização, sendo o restante quarto herdado do pai ou da mãe. A translocação é o único tipo de trissomia 21 que pode acontecer devido a um problema nos genes de um dos pais.

Por último, apresenta-se a forma menos vulgar de Trissomia 21 que é o mosaicismo (ou trissomia 21 em mosaico), apenas cerca de 1%. O mosaicismo dos cromossomas significa que as diferentes células de um indivíduo têm uma constituição distinta. Uma pessoa com trissomia 21 por mosaicismo tem algumas células com o número normal de cromossomas (46) e algumas células com um cromossoma 21 suplementar, num total de 47 cromossomas (Morato, 1995; Sampedro et al., 1997; Skallerup, 2015). Neste tipo de trissomia a divisão celular deficiente verifica-se durante uma das primeiras divisões celulares após a fertilização, à semelhança da trissomia 21 não – disjuntiva que algo faz com que os cromossomas se dividam de forma desigual. É importante frisar-se que, independentemente do tipo, quer seja trissomia 21, translocação ou mosaicismo, o responsável pelos traços físicos específicos e função intelectual limitada observados, é sempre o cromossoma 21, na grande maioria das crianças com Síndrome de Down (Pueschel, 1999).

Ao longo da história foram muitas as causas sugeridas para o aparecimento deste síndrome. Contudo, e até hoje, não foi possível dar uma resposta definitiva, devido à multiplicidade de fatores etiológicos. Skallerup (2015), refere que existem duas evidências sobre Trissomia 21, uma delas que não atribui qualquer responsabilidade do pai ou da mãe, sabe-se que os pais não provocam Trissomia 21, adianta que problemas ocorridos durante a gravidez - como emoções fortes, quedas, consumo de drogas ou medicamentos - não têm implicações, pois o síndrome já está presente no momento da união do espermatozoide (célula do pai) com o óvulo (célula da mãe). A outra, tal como outra criança, a criança com Trissomia 21 é um caso único, com a sua própria personalidade, talentos e maneira de pensar e há semelhança das outras crianças é um indivíduo que vai crescer e formar a sua personalidade.

Para além do tratamento médico das pessoas com Trissomia 21 ter progredido de forma bastante significativa ao longo das décadas, atualmente a Trissomia 21 é ainda tema de investigação de vários cientistas em todo o mundo, na esperança de desenvolverem tratamentos mais eficazes e direcionados para este síndrome (Skallerup, 2015). Do mesmo modo, também as oportunidades de ensino têm melhorado significativamente pois acredita-se cada vez mais no seu potencial de aprendizagem.

Durante a revisão da literatura, particularmente no Capítulo 1 deste estudo, respeita-se o termo Trissomia 21, utilizado pelos autores que citamos. Posteriormente, nos restantes capítulos usamos a expressão Síndrome de Down pois verifica-se que é a expressão mais atual e recente utilizada para designar o síndrome.

1.1 Características do indivíduo com Síndrome de Down

A identificação da criança com Síndrome de Down é feita no momento do nascimento ou logo após, pela presença de várias características físicas, resultantes das anomalias registadas no seu material genético, isto é, da presença de um cromossoma extra no par 21 que confere a aparência destas crianças (Skallerup, 2015). Uma vez que os cromossomas e o material genético que contêm desempenham um papel importante na definição das características da criança, este cromossoma suplementar irá afetar a sua vida, nomeadamente, na sua aparência que será visivelmente diferente da aparência de outras crianças, poderá vir a sofrer de problemas de saúde específicos e é provável que

apresente algum grau de deficiência intelectual (Sampedro, Blasco e Hernández cit. por Bautista, 1997; Pueschel, 1999; Skallerup, 2015). Todavia, a gravidade de qualquer um destes problemas varia de caso para caso, as crianças com Síndrome de Down, têm uma incidência muito elevada de anomalias associadas, apesar de não serem todas afetadas da mesma maneira, possuem características físicas (fenótipo) muito semelhantes, por exemplo, a base do nariz costuma ser achatada e os olhos aparentam ser oblíquos, em vez horizontais; a nuca é achatada; os dedos tendem a ser mais curtos do que o normal e pode haver um afastamento maior entre o primeiro e o segundo dedos dos pés (Sampedro et al.,1997; Pueschel, 1999; Skallerup, 2015). Segundo os autores, a aparência física das crianças com Síndrome de Down, permite identificar com muita facilidade, embora nem todos apresentam exatamente a mesma combinação de diferenças, mas a frequência com que estas diferenças acontecem em conjunto leva a que sejam consideradas uma característica da Síndrome.

Através da revisão da literatura feita, verifica-se que as crianças com Síndrome de Down apresentam características físicas muito específicas, mas também apresentam características cognitivas e psíquicas que variam de criança para criança. Desta forma, o trabalho desenvolvido com estes indivíduos tem que ser individualizado e adaptado às características e ao ritmo de cada criança, realçando-se como as três principais características deste síndrome: 1- tônus muscular fraco, também conhecido por hipotonia (os seus músculos parecem relaxados e flácidos); 2 - comprometimento intelectual (a pessoa aprende mais devagar) 3 - aparência física (Sampedro et al.,1997; Pueschel, 1999; Skallerup, 2015). Segundo Gundersen (2001), entre algumas das características morfológicas o rosto pode apresentar algumas ou todas as características do Síndrome de Down: a cabeça é mais pequena do que o normal; a parte posterior é ligeiramente achatada (braquicefalia); as fontanelas são maiores que o normal e levam mais tempo a fechar; o rosto é achatado; os olhos são salientes e ligeiramente rasgados, com uma dobra de pele no canto do olho; as orelhas são pequenas, com o bordo superior sobrado e os canais auditivos estreitos; a boca e os maxilares são pequenos, o palato é estreito, o que leva a criança a abrir a boca e pôr a língua de fora; os lábios são grossos, descaídos e a língua grossa, gretada e saliente. A dentição aparece mais tarde do que em crianças normais; o nariz é pequeno, com a parte superior achatada e os orifícios nasais estreitos; o olfacto é quase nulo devido ao estado crónico de infeção das vias respiratórias; o pescoço é curto e largo; o tórax apresenta, no geral, uma saliência no

externo ou ainda mais desenvolvido em casos de anomalias cardíacas congénitas; as mãos, os pés e os dedos são podem ser mais pequenas e ter os dedos mais curtos e o quinto dedo é muitas vezes curvado para dentro; uma única dobra atravessa a palma da mão na maioria das crianças com Síndrome de Down; o pé é geralmente raso e a pele da face e das mãos é ligeiramente arroxeadada, seca, áspera; o seu crescimento devido a fatores genéticos processa-se mais lentamente, tendo estas crianças no geral, uma estatura mais baixa do que o normal. Apresentam características e problemas cognitivos comuns, como a funcionalidade dos órgãos vitais, particularmente da visão (estrabismo, redução da capacidade de visão e criação de cataratas) e da audição (infecções repetidas e perda de audição, devido, muitas vezes, à retenção de líquido no ouvido interno), é importante que estes sejam corrigidos, pois o seu mau funcionamento repercute-se de forma muito negativa sobre o processo de entrada de informação e o seu posterior processamento cerebral (Rodrigues, 2006).

É de salientar que para além das particularidades mencionadas, costumam ter uma altura inferior à média e tendência para a obesidade a partir da primeira infância (Sampedro et al., 1997; Pueschel, 1999; Skallerup, 2015). Segundo os mesmos, já foram enumerados mais de cinquenta características, tais como: deficiência mental geral moderada, hipotonia muscular generalizada, pouca coordenação de movimentos, língua protusa, respiração bucal, cardiopatias (em 40% dos casos), fala tardia, sensibilidade e infeções, hiperextensibilidade articular, frouxidão ligamentar da 1ª e 2ª vértebra cervical e outros. Os autores apresentam como características mais evidentes: 1- descoordenação motora, 2- lentidão na aprendizagem da marcha e da fala e dos cuidados pessoais e 3- relacionando-a sempre à hipotonia, ou seja, a flacidez muscular e à 4- instabilidade atlanto-axial. Este autor, também refere que as características físicas mencionadas não interferem no desenvolvimento cognitivo de uma criança com Síndrome de Down, podendo ou não, os sinais físicos associados ao Síndrome estar presentes no diagnóstico da mesma criança. Por sua vez, o baixo tônus muscular ou hipotonia são dos aspetos mencionados em artigos sobre o controle motor, desenvolvimento motor e aprendizagem motora em indivíduos com Síndrome de Down, como das principais diferenças típicas entre movimentos realizados por pessoas com e sem este Síndrome (Latash, Wood & Ulrich, 2008).

Um estudo realizado por Whitt-Glover, O'Neill, & Stettler, (2006), diz-nos que as crianças adolescentes e mesmo adultos com Síndrome de Down, apresentam níveis de

atividade física mais baixos e níveis de massa corporal superiores em relação aos sem Síndrome de Down. A World Health Organization ([WHO], 2010) recomenda que as pessoas com deficiência devam praticar atividade física, embora seja ainda diminuta a investigação nessa área e população.

Seguidamente, apresentam-se diversas características cognitivas que surgem associadas às crianças com Síndrome de Down:

Perceção

Autores: Sampedro et al., (1997); Skallerup (2015)

Características: Revelam capacidade de discriminação visual e auditiva (ex: discriminação da intensidade da luz); apresentam reconhecimento tátil em geral e de objetos a três dimensões; realizam cópia e reprodução de figuras geométricas; rapidez cognitiva lenta (maior tempo de reação); movem-se por imagens (concreto) e não o conceito (abstrato).

Atenção

Autores: Sampedro et al., (1997); Skallerup (2015)

Características: Tendem a apresentar défice de atenção (necessitam de mais tempo para aprender, a motivação deverá ser intensa para que elas não desviem a atenção do objetivo inicialmente proposto); apresentam prestações muito baixas nas aprendizagens discriminatórias; têm dificuldade em inibir ou reter as respostas mesmo depois de ter examinado em pormenor os aspetos mais importantes e/ou as componentes mais abstratas dos estímulos, provocando uma maior quantidade de erros e, consequentemente, menor qualidade nas respostas) e revelam grande dificuldade quando lhes é pedido uma atividade que exija espontaneidade e organização mental, porque o défice de atenção afeta as recordações verbais e consequentemente o nome dos objetos ou acontecimentos a reter.

Memória

Autores: Morato (1995); Skallerup (2015)

Características: Os indivíduos com Síndrome de Down tem de aprender diversas

tarefas e como não dispõe de um mecanismo de estruturas mentais para a ajudar a assimilar, orienta-se e aprende por imagens (o concreto) e não pelos conceitos (o abstrato); carece de um mecanismo de estruturas mentais que a ajudem a assimilar as tarefas; tem dificuldades na categorização conceptual e na codificação simbólica (não dispõe de um mecanismo de estruturas mentais para as assimilar; orienta-se por imagens – o concreto – e não por conceitos – o abstrato).

Linguagem

Autores: Sampedro et al., (1997); Troncoso & Cerro (2004, 2008); Skallerup (2015)

Características: Os indivíduos apresentam um atraso relativamente às outras áreas de desenvolvimento, pois existe um grande desajustamento entre os níveis de compreensão e expressivo. Em relação à compreensão, esta é equivalente à de uma criança normal, embora se registem atrasos em relação ao tempo e aos défices que apresenta, característicos da organização do seu comportamento. Apresentam, dificuldades em tudo o que requer operações mentais de abstração e de síntese, que por sua vez se concretiza na organização do pensamento, da frase, na aquisição do vocabulário e na estruturação morfossintáctica.

A capacidade expressiva é normalmente afetada por diferentes fatores, tais como: grande desajustamento entre os níveis compreensivo e expressivo; dificuldade nas operações mentais de abstração, assim como para qualquer operação de síntese; dificuldades na organização do pensamento, da frase, na aquisição do vocabulário e na estruturação morfossintáctica.

A nível da compreensão e produção verbal dado a dificuldades no estabelecimento dos mecanismos de associação e conhecimento do objeto e do vocabulário, existe um atraso no desenvolvimento da compreensão e da produção verbal. Podem revelar dificuldades respiratórias; perturbações fonatórias (provocado pela hipotonia da língua e lábios); perturbações auditivas (por vezes acontece perda auditiva); perturbações articulatórias; perturbações no tempo de latência da resposta demasiado prolongado e falta de relação lógica na narração.

Estas características, anteriormente referidas, provocam alguns problemas a nível do desenvolvimento da mesma e, por sua vez, o desencadear de problemas de

comunicação, dificuldades de integração e autonomia pessoal e social. Contudo, e após a conquista de uma linguagem mais rica e segura, os indivíduos com Síndrome de Down apresentam mudanças positivas no processo de atenção e percepção do mundo que os rodeia conquistando, desta forma, a entrada no mundo da imaginação, criatividade e da experiência direta. Trancoso & Cerro (2005) apresentam uma tabela com alguns modelos de intervenção para alunos com deficiência mental em geral mas eficazes para os alunos com Síndrome de Down em particular.

Tabela 1 – Características do portador com Síndrome de Down (Trancoso & Cerro, 2005, adaptado de Espinosa de Gutiérrez)

Características	Soluções
A aprendizagem realiza-se lentamente.	Possibilitar-lhe um maior número de experiências mais variadas para que aprenda o que lhe queremos ensinar.
Cansa-se rapidamente e a sua atenção não se mantém por muito tempo.	Trabalhar inicialmente por períodos curtos, aumentando de forma gradual o tempo.
O seu interesse pela atividade não existe ou dura pouco tempo.	Motivá-la com alegria e com objetivos e pelas pessoas que a rodeiam, aproximando-se dela e mostrando-lhe coisas agradáveis e apelativas.
Muitas vezes não consegue realizar a atividade sozinha.	Ajudá-la e guiá-la na realização da atividade, até que a possa fazer sozinha.
A curiosidade para conhecer e explorar o que a rodeia é limitada.	Despertar-lhe o interesse pelos objetos pelas pessoas que a rodeiam, aproximando-se dela e mostrando-lhe coisas agradáveis e apelativas.
Custa-lhe recordar o que fez ou conheceu.	Repetir muitas vezes as atividades já realizadas, para que se recorde como se fazem e para que servem.
Não se organiza para aprender através dos acontecimentos diários.	Ajudá-la sempre a aproveitar todos os factos que acontecem ao seu redor e a aprender a sua utilidade, relacionando os conceitos com o que aprendeu na aula.
É lenta na resposta às ordens que se lhe dão.	Esperar com paciência e ajudá-la, estimulando-a, no entanto, a dar uma resposta cada vez mais rápida.
Não lhe ocorre inventar ou procurar situações novas.	Conduzi-la a explorar situações novas e a ter iniciativas.
Tem dificuldade em solucionar problemas novos, ainda que sejam semelhantes a outros vividos anteriormente.	Trabalhar sempre no sentido de lhe dar oportunidade de resolver situações da vida diária, sem se antecipar ou responder por ela.
Pode aprender melhor quando obtém êxito nas atividades anteriores.	Conhecer a ordem pela qual se lhe deve ensinar, possibilitando-lhe muitas situações de êxito e sequenciar bem as dificuldades.
Quando vê logo os resultados positivos da sua atividade, interessa-se mais em continuar a colaborar.	Dizer-lhe sempre quando faz uma coisa bem e felicitá-la pelo êxito obtido. Assim, a criança interessa-se mais e tolera mais tempo de trabalho.
Quando participa diretamente na tarefa, aprende-a melhor e esquece-a menos.	Planear atividades nas quais intervenha ou atue como agente principal.
Quando se lhe pede para fazer muitas tarefas em pouco tempo, confunde-se e dispersa-se.	Selecionar as tarefas e distribuí-las no tempo, de forma que não se confunda ou se canse.

Troncoso & Cerro (2004,2008), referem que o ritmo do desenvolvimento mental diminui para a um terço daquele que será o de uma criança normal. Sendo assim, a educação de uma criança com Síndrome de Down deverá considerar as suas necessidades especiais, devendo frequentar, desde muito novos a escola e de forma a melhorar e a valorizar as suas potencialidades como meio de ultrapassar e suprir as dificuldades. As autoras, descrevem um conjunto de dificuldades que os indivíduos com Síndrome de Down apresentam com frequência, tais como: revelam dificuldade em trabalhar sozinhos, pois têm dificuldade em manter atenção direta e individual; manifestam problemas de percepção auditiva e dificuldade em captar bem todos os sons, processando mal a informação auditiva, pelo que e por isso, respondem menos bem às ordens que lhe dão e tem dificuldades em seguir as instruções dadas a um grupo, pelo que a sua conduta é mais o resultado da observação e da imitação; têm pouca memória auditiva sequencial, o que as impede de gravar e reter várias ordens seguidas; não aceitam mudanças rápidas e bruscas de tarefas; a sua concentração é limitada; apresentam dificuldade nos processos de ativação conceptualização e generalização; é-lhes difícil compreender as instruções, planificar as estratégias, resolver problemas e atender a diferentes variáveis ao mesmo tempo.

1.2 Desenvolvimento de um indivíduo com Síndrome de Down

São muitos os fatores que influenciam o desenvolvimento de um indivíduo com Síndrome de Down, incluindo a estrutura genética, a vida em família, a saúde, as oportunidades de educação e a vida social na comunidade (Skallerup, 2015). Segundo a autora, para além da importância dos genes, o ser humano é entendido como um processo que requer experiência social desde os primeiros anos de vida, onde o seu desenvolvimento é influenciado pelo mundo que a rodeia, bem como pelas oportunidades que lhe são oferecidas. Desta forma, as limitações quer físicas quer intelectuais que estas crianças apresentam podem ser modificadas através de programas de intervenção precoce adequados que lhes garantam um desenvolvimento com sucesso.

De acordo com a mesma autora, a Intervenção Precoce [IP] é considerada como uma filosofia, um serviço que se centra e orienta para a família que pretende intervir precocemente na vida de uma criança a fim de promover o seu crescimento e

desenvolvimento. O trabalho de *estimulação precoce* deverá ser lúdico, a criança deverá sentir prazer ao ser estimulada. Segundo Skallerup (2015), o brincar é para a criança com Síndrome de Down é de extrema importância, uma vez que previne e evita o isolamento. Para González (2007) e Skallerup (2015), o estímulo precoce na criança com Síndrome de Down é crucial, pelo que esta deverá recebe-lo logo desde o nascimento. O bem - estar e o seu desenvolvimento passa indubitavelmente pela prestação de certos cuidados à família, sendo o papel da família é essencial em todo este processo. Por conseguinte, os profissionais de intervenção não podem esquecer que deverão auxiliar a família, ajuda-la a estabelecer o equilíbrio emocional e atender ao relacionamento entre família e criança, pois as primeiras experiências de aprendizagem, quer motoras quer de linguagem, têm lugar nos dois primeiros anos de vida. Apesar destas crianças apresentarem um «QI» abaixo do normal, tal particularidade inalterável, não é impeditiva de ser melhorada através de intervenção, em que o adulto intervém entre a criança e o meio ambiente (Pueschel, 1999).

Também devido aos avanços da medicina, que hoje trata os problemas médicos associados ao Síndrome com relativa facilidade, a esperança média de vida das pessoas com Síndrome de Down tem aumentado significativamente nos últimos anos (Skallerup, 2015), passou de nove anos em 1929 para 60 anos nos dias de hoje e com tendência a aumentar devido aos progressos nos cuidados médicos que assistimos. Para a autora, durante muito tempo estas crianças foram privadas de experiências fundamentais para o seu desenvolvimento porque não se acreditava que eram capazes, todavia, atualmente já é comprovado que crianças e jovens com Síndrome de Down podem alcançar estágios muito mais avançados de raciocínio e de desenvolvimento. Esta mudança relaciona-se, quer com programas específicos que se aplicam nas primeiras etapas de vida destas crianças, intervenção precoce, quer com uma atitude de maior abertura e enriquecimento ambiental que, globalmente, atuam sobre estas pessoas na sociedade.

Existem em Portugal várias associações que apoiam as pessoas deste Síndrome como é o caso do centro de desenvolvimento infantil “Diferenças”, a Associação de Portadores de Trissomia 21 (apatris), Associação Portuguesa de portadores de Trissomia 21 (APPT21), entre outros. Estas associações desempenham um trabalho muito importante nesta área e podem constituir uma excelente ajuda para os pais na orientação do desenvolvimento destas crianças (Martinho, 2011, Skallerup, 2015).

Dados atuais, permitem afirmar que a maioria dos indivíduos com Síndrome de Down funciona com um grau de atraso ligeiro ou moderado, contrastando com descrições, que felizmente têm cada vez mais um carácter histórico, em que se afirmava que o atraso era de grau severo (Trancoso & Cerro, 2005). Tem-se confirmado que existe uma minoria em que o atraso é tão pequeno que se encontram o limite da normalidade. Por conseguinte, existe outra em que a deficiência é grave, quando o indivíduo tem associada uma patologia de carácter neurológico ou porque está isolado e privado de educação e ensino académico (Trancoso & Cerro, 2005). As autoras salientam que alguns trabalhos realizados confirmam existir nas pessoas com Síndrome de Down, em maior ou menor grau, problemas em vários processos de desenvolvimento, tais como: nos mecanismos de atenção, o estado de alerta, as atitudes de iniciativa; na expressão do seu temperamento, da sua sociabilidade; nos processos de memória a curto e a médio prazo; nos mecanismos de correlação, de análise, de cálculo e de pensamento abstracto e nos processos de linguagem expressiva. Segundo as mesmas, a sua idade mental cresce a um ritmo muito lento em relação à sua idade cronológica. Com o crescimento da idade mental, dá-se também um enriquecimento intelectual, mas este também é feito de uma forma lenta. Estes indivíduos têm características que são comuns a outras formas de deficiência mental, tais como: a sua aprendizagem é lenta; é necessário ensinar muitas coisas que as crianças sem deficiência adquirem sozinhas; o processo de aprendizagem avança passo a passo, etapa por etapa. O desenvolvimento neurológico, psicológico e físico da pessoa com Síndrome de Down sofre algumas influências das suas características genéticas, mas será, em parte, determinado pelas oportunidades que lhes serão oferecidas no decorrer da vida (Rodrigues, 2006; Martinho, 2011). Segundo Sampedro et al., (1997), Morato, (1994,1998), Rodrigues, (2006), Cavasin, (2007), Martinho, (2011), estes indivíduos precisam de mais tempo para direccionar a atenção para o que pretendem e, por vezes, demonstram dificuldade em transferir de um aspeto para outro de estímulo. Para que isto aconteça com sucesso, é muito importante criar momentos de motivação e interesse no ensino adequadas para que estas mesmas sejam capazes de alcançar fases avançadas de desenvolvimento e raciocínio (Pimentel, 2011).

1.2.1 Desenvolvimento cognitivo

Os indivíduos com Síndrome de Down apresentam atrasos em diversos níveis do seu desenvolvimento na generalidade das áreas. Têm quase sempre um certo grau de défice cognitivo, o que significa que aprendem mais devagar e têm dificuldades de entendimento e de raciocínios complexos (Morato, 1995; Monteiro, 2012; Skallerup, 2015). Considerando a medição da inteligência por meio dos testes padronizados que medem o raciocinar, o conceitualizar e o pensar obtém-se uma pontuação que é avaliada através de uma medida denominada quociente de inteligência «QI». Para Skallerup (2015), a maioria dos portadores de Síndrome de Down situam-se entre o défice cognitivo ligeiro e moderado (considera-se que uma pessoa com défice cognitivo ligeiro com QI entre 55 e 70, com défice cognitivo moderado com QI entre os 40 e 55 e finalmente, com défice cognitivo grave entre 25 e 40). Tal como existe uma variação da inteligência “normal”, também há uma variação do défice cognitivo, denominado em graus e algumas apresentam um nível mais significativo de défice enquanto outras possuem uma inteligência próxima do normal (Skallerup, 2015). Segundo a autora, ainda não é conclusivo o modo como o cromossoma suplementar do Síndrome de Down afeta a capacidade mental, as investigações adiantam que as diferenças nos cromossomas, como as que se verificam neste Síndrome, afetam o cérebro e o sistema nervoso central, o que provoca atrasos de desenvolvimento ou o défice cognitivo.

O seu atraso de desenvolvimento e a sua gravidade são muito variáveis. Para que o seu desenvolvimento aconteça com sucesso, é muito importante criar momentos de motivação e interesse. Apesar de possuírem um grau variado de afetação cognitiva, considera-se que a sequência de desenvolvimento destas pessoas geralmente é semelhante ao das pessoas sem a deficiência, uma vez que as grandes etapas são atingidas, embora num ritmo mais lento (Morato, 1995; Pinmentel, 2011; Monteiro, 2012). Na maior parte das vezes apresentam dificuldade em inibir ou reter as respostas mesmo depois de terem examinado em pormenor os aspetos mais importantes e/ou as componentes mais abstratas dos estímulos; isto leva a uma menor qualidade das respostas e uma frequência de erro mais elevada, supõe que a dificuldade de atenção é condicionada pela extinção do estado de vigilância, pois o alerta não é reforçado para novos estímulos. Para Pinmentel (2011), devido à sua carga genética, existe um modo de evolução próprio e fracasso na aprendizagem, fácil desatenção, falta de confiança

nas capacidades de aprendizagem, baixa auto estima e grande dificuldade em resolver problemas.

Segundo Morato (1995), para que se consiga ajudar um indivíduo com Síndrome de Down é importante entender-se a forma como o mesmo aprende, que tipo de dificuldades tem, que tipo de sucessos consegue para depois se definir que estratégias necessitam na sua aprendizagem. O indivíduo relaciona o que aprende com os registos que tem na sua memória, ou seja, o professor ensina algo novo, a criança com aprende de maneira espontânea, relaciona o que está a aprender com os registos de memória que tem, fomenta o exercício mental da memória (ex.: “casa” serve para descrever a minha casa e a do meu amigo). Para Monteiro (2011), numa pessoa dita “normal”, o cérebro necessita de informações para o seu desenvolvimento, quanto mais estruturada se encontrar a informação mais completo será o seu desenvolvimento. O mesmo acontece no cérebro das pessoas com Síndrome de Down, ela necessita ainda mais de informação para poder ser estimulado, mesmo que o resultado se processe de uma forma mais lenta e seja visível mais tarde. O exercício constante e sistemático das possibilidades cognitivas vai forçando a abertura e a estruturação de redes e circuitos sintáticos.

Para Piaget e como já foi referido anteriormente, a criança com Síndrome de Down tem um desenvolvimento intelectual mais lento do que as outras crianças, [...] *estagnando por fim num estágio inferior de organização cognitiva, que passará a deficiência intelectual* [Sampedro, Blasco e Hernández cit. por Bautista, (1997) pág. 231]. Portadores deste Síndrome, permanecem mais tempo que os indivíduos “normais” nos estádios de desenvolvimento, retrocedendo mais facilmente de um sub estágio para o anterior, embora o desenvolvimento lógico, em linhas gerais seja idêntico. Para estas a manipulação e a prática têm maior impacto na sua aprendizagem, todavia é muito importante entender-se primeiramente como na realidade aprendem, quais os tipos de erros que fazem, de forma que se possam apurar quais as estratégias a adotar nas suas aprendizagens (Morato, 1994). Embora o Síndrome de Down seja classificado como uma deficiência mental, não se pode ajuizar até onde será o desenvolvimento cognitivo, podendo afirmar-se que a inteligência se constrói ao longo da vida. Por conseguinte, a educação da pessoa com Síndrome de Down deve atender às suas necessidades especiais sem se desviar dos princípios básicos da educação proposta às outras crianças (Troncoso & Cerro, 2004).

As pessoas portadoras de Síndrome de Down necessitam de mais tempo para dirigir a sua atenção no sentido do que pretendem, tendo maior dificuldade em transferir de um aspeto para outro, o que implica uma maior motivação para o seu constante interesse (Sampedro et. al., 1997; Rodrigues, 2006). Sendo para elas problemático os mecanismos da atenção, os estados de alerta e as atitudes de iniciativa. Segundo Skallerup (2015) precisam de mais tempo para direcionar a atenção para o que pretendem e, por vezes, demonstram dificuldade em transferir de um aspeto para outro de estímulo. A atenção desenvolve-se através de um processo complexo que exige a participação coordenada de extensos núcleos e circuitos cerebrais capazes de receber a informação que chega através dos órgãos dos sentidos e torná-la importante para o indivíduo. Para Morato, (1995, 1998), a informação recebida tem de captar o seu interesse e manter a motivação, pois a atenção primeiramente é suscitada e depois controlada pelo sujeito, este processo requer uma operação mental dirigida por centros cerebrais concretos

As informações anteriores surgem reforçadas por Rodrigues (2006), ao dizer-nos que os indivíduos com Síndrome de Down demonstram com frequência dificuldades de concentração e atenção, distraíndo-se facilmente com pequenos estímulos do meio ambiente, revelam falta de iniciativa para começar alguma tarefa e, quando a executam, demonstram muita inconstância na sua realização, apresentando tendência para hiperatividade. As dificuldades de adaptação a novas situações são também evidentes o que causa maior dificuldade de aprendizagem e lentidão na realização de novas tarefas (Rodrigues, 2006; Skallerup, 2015).

1.2.2 Desenvolvimento da linguagem e comunicação

Alguns autores defendem que as pessoas com Síndrome de Down apresentam atrasos em diversos níveis do seu desenvolvimento na generalidade das áreas. Estes atrasos são logo observados no primeiro ano de vida da criança, contudo, na etapa seguinte à idade pré-escolar tornam-se mais amenos. Durante os três primeiros anos de vida, o desenvolvimento social tende a ser o menos afetado, verificando-se os atrasos mais visíveis a nível da linguagem, nomeadamente a nível da linguagem expressiva. Assim, podemos referir que o atraso de desenvolvimento e a sua gravidade nestas crianças são muito variáveis (Sampedro et al., 1997; Troncoso & Cerro, 2008). Para estas autoras, a evolução do indivíduo com Síndrome de Down, a sua integração e autonomia pessoal e social dependem em grande parte da aquisição e evolução da linguagem. As pessoas

com Síndrome de Down apresentam alterações no desenvolvimento e na utilização da linguagem, mais concretamente no desenvolvimento da fala. A comunicação encontra-se alterada na fase pré-verbal, as crianças que se desenvolvem normalmente. A linguagem para as crianças com Síndrome de Down constitui um núcleo das dificuldades sociais uma vez que as limita nas suas possibilidades de comunicação (Troncoso & Cerro, 2004,2008). O desenvolvimento da linguagem em crianças com Síndrome de Down sofre um maior atraso em relação às restantes áreas do desenvolvimento, e são visíveis algumas diferenças entre os níveis compreensivo e expressivo (Sampedro et al., 1997).

Garcia (1994), Troncoso & Cerro (2004,2008), Skallerup (2015), sublinham que, de um modo geral, o desenvolvimento da linguagem da criança com esta síndrome é afetada em consequência do défice auditivo, das alterações morfológicas nos órgãos fonatórios e ao aparelho respiratório. Frequentemente, as suas capacidades para se expressarem verbalmente são inferiores às capacidades de compreensão. Troncoso & Cerro (2004, 2008), referem que as crianças com esta problemática revelam dificuldades na linguagem expressiva e em dar respostas verbais, no entanto, em compensação dão “melhores respostas motoras.” Desta forma, com o intuito de promover um desenvolvimento global da linguagem da pessoa com Síndrome de Down, dever-se-á começar uma intervenção desde muito cedo e a um ritmo regular, a fim de sensibilizar para o mundo sonoro e vocal e com a implicação da família para que não se perca um único momento de intervenção.

1.2.3 Desenvolvimento psicomotor

Em relação ao desenvolvimento motor dos indivíduos com Síndrome de Down é de referir que apresentam, desde cedo, uma fraca tonicidade: são mais lentas no andar, no vestir-se, entre outros movimentos. O indivíduo, desde cedo, terá de ser ensinado e este processo inclui a aprendizagem quer dos movimentos reflexos inatos bem como a adaptação ao meio em que está inserido. Os problemas psicomotores mais acentuados são o equilíbrio, a preensão e a marcha, que associados a problemas sensoriais e preceptivos, irão desencadear problemas de coordenação, organização prática, inércia, alterações no controlo da postura e equilíbrio (Sampedro et. al., 1997). Na perspetiva dos autores, os objetivos principais da educação psicomotora são: o domínio do esquema corporal e da motricidade, a aquisição da motricidade fina, a eliminação de

hábitos mal adquiridos e a aquisição de comportamentos sociais que permitam uma melhor integração na sociedade. Os mesmos autores defendem que os problemas específicos do desenvolvimento psicomotor destas crianças passam pelo atraso em adquirir equilíbrio, a preensão, a marcha, entre outros. Estes problemas associados aos problemas sensoriais e preceptivos destas crianças, refletir-se-ão no conhecimento do espaço, na coordenação e nas alterações da postura e no equilíbrio. Daí a importância do seu desenvolvimento espaço-temporal e da exploração motora e consequentemente uma adequada educação psicomotora. Segundo as autoras Troncoso & Cerro (2004, 2008), estes indivíduos para além dos problemas de motricidade grossa (equilíbrio, tonicidade, movimentos musculares anti gravidade) apresentam problemas de motricidade fina (manuseamento do lápis).

Rodrigues (2014), refere que as limitações físicas não são motivo para que a criança não interaja com a comunidade onde está inserida. A lentidão do andar, vestir-se, etc. não indica atraso psicomotor grave, mas sim uma deterioração destas capacidades que podem melhorar mediante a aplicação de um bom programa de intervenção.

1.2.4 Desenvolvimento social

O desenvolvimento desde bebé até ao estado adulto é o resultado, tanto das condições biológicas como das proporcionadas pela sociedade. Nesse percurso de desenvolvimento, passa-se por diferentes momentos nos quais a sua forma de agir, pensar e sentir sucedem e se transformam segundo a sua capacidade de aprender com as oportunidades que são oferecidas (Pinmentel, 2011). Com os progressos médicos, como já foi referido e consequente aumento da esperança média de vida, estas pessoas passaram a atingir um melhor desenvolvimento, o que se traduziu em melhores condições de vida. Segundo Skallerup (2015), a competência intelectual e as competências sociais dos portadores de Síndrome de Down são valorizadas ao máximo quando, em crianças, crescem num ambiente favorável que as apoia, junto das suas famílias. Segundo a autora, normalmente, são calmos, afetivos e bem-humorados apesar de poderem apresentar grandes variações no seu comportamento. A personalidade varia de indivíduo para indivíduo, mas geralmente apresentam uma personalidade forte, podendo também variar no comportamento que depende em grande parte das características genéticas e culturais. Para Cerro & Troncoso (2005), as pessoas com Síndrome de Down têm, de um modo geral, uma grande capacidade para

as trocas sociais, sendo alegres e cordatas, embora teimosas. Todavia, segundo os mesmos, é notória a existência de perturbações comportamentais e emocionais. *Há trissómicos 21 mandões, modestos, agressivos, passivos, dinâmicos, submissos, negativos. Da mesma maneira que varia as personalidades das crianças normais, assim variam as destas crianças* (Vinagreiro & Peixoto, 2005, p 55).

Capítulo 2 - Dança e desenvolvimento pessoal e social

2.1 Significado e benefícios da Dança

Desde a Antiguidade, a humanidade já tinha no seu quotidiano a expressão corporal através da dança, utilizando-a nas suas manifestações sociais (Cavasin, 2007). A Dança existe desde tempos imemoriais (Varregoso, Monteiro, Rodrigues, & Alves, 2014) e sempre teve um papel de grande importância nas sociedades, seja como forma de educação artística, seja como objeto de culto aos deuses ou como simples entretenimento. Segundo as mesmas, o Renascimento cultural dos séculos XV e XVI trouxe diversas mudanças no campo das artes, da cultura, da política e da religião e a dança sofreu profundas alterações, começando a ter um sentido social, ou seja, passou a ser dançada pela nobreza em grandes espetáculos teatrais e em festas, como entretenimento e recreação. Constata-se que em todos os tempos, a dança sempre foi uma forma do ser humano retratar seus anseios em busca da felicidade, do autoconhecimento e do aperfeiçoamento de cada gesto expressado (Cavasin, 2007).

A dança como expressão corporal surgiu na Argentina, resguardando a vitalidade e a naturalidade do movimento humano, desenvolvendo a integração entre corpo, movimento e mente (Artaxo & Mutarelli, 2012). Na sociedade moderna, a dança é apreciada como uma forma de arte, entretenimento, atividade física e relacionamento social. As autoras Varregoso (2004), Machado (2011) e Silva (2015) descrevem-na como sendo uma forma de arte, onde o movimento do corpo representa o indivíduo, o qual se expressa comunica com o mundo exterior, transmitindo pensamentos emoções e sentimentos com um significado sociocultural e com intenção estética e segundo Vargas (2000), também é utilizada em publicidades, shows, aberturas de eventos e programas de televisão, nas escolas, nas academias e programas de recreação estando, assim, presente em diferentes manifestações sociais.

Em Portugal a dança como prática artística contemporânea ainda é uma ideia estranha no senso comum e tem um estatuto claramente desvalorizado fora da pequena comunidade de coreógrafos, professores, bailarinos e produtores que a constituem (Varanda, 2012). A Dança promove a liberdade de expressão e segundo Cavasin (2007), o ser humano possui múltiplas habilidades físicas e a dança está relacionada, através do movimento corporal, com o seu crescimento e desenvolvimento, através da

mesma desenvolve-se simultaneamente aspetos motores, emocionais e cognitivos. Pode despertar a descoberta dos limites e potencialidades individuais por meio das vivências corporais, refletindo positivamente no próprio sujeito e no seu entorno, com efeitos de melhora na autoestima e autoconceito (Falsarella & Amorim, 2008). Promove contributos ao corpo como melhor comunicação e expressão, consciencialização corporal, assim como a exploração estética do corpo em movimento, visto ser uma linguagem artística que possibilita ampliar a percepção que cada um tem sobre si mesmo e sobre os outros. A participação dos jovens adolescentes em grupos de dança pode trazer muitos benefícios para o corpo, tais como: avanços no desenvolvimento psicomotor, melhor condicionamento físico e desenvolvimento de hábitos saudáveis com o corpo (Falsarella & Amorim, 2008). Segundo Assumpção & Macara (2011) e Monteiro (2012), o conhecimento em dança agrupa um conjunto de experiências complexas de prisma sensorial, imaginativo, crítico e social que associadas podem contribuir para as competências de transformação dos praticantes de dança. Para os autores, através da dança, pode-se explorar, descobrir e adquirir conhecimento de todas as infinitas possibilidades para o movimento. Na dança, o corpo é o instrumento de expressão e comunicação, permite trabalhar o corpo e a mente pelo prazer, sem metas quantitativas e contextos competitivos, onde as pessoas podem descobrir coisas sobre si e não formas de agradar aos outros (Varanda, 2012).

A dança, além de atividade física e movimentação corporal, é também um canal de manifestação da interioridade, associando a mente e a subjetividade ao trabalho corporal. Dançar é transmitir um certo estado de espírito, uma maneira de se ver e de ver o mundo, de sentir plenamente o corpo e utilizar-se dele para conhecer outros sentimentos e sensações (Oliveira, Zancan, Krug & Batistella, 2002). A dança também promove o desenvolvimento biopsicossocial, utilizando o corpo como instrumento de desenvolvimento das capacidades motora, criativa e emocional, as quais se traduzem em comportamentos de comunicação (Varregoso, 2004). Proporciona uma oportunidade única para investigar a plasticidade do cérebro e sua interação com o comportamento.

Estudo sobre a observação de dança sugerem que a formação a longo e a curto prazo afeta a atividade cerebral nas redes de observação ação e simulação (Karpati, Giacosa, Foster, Penhune & Hyde, 2015). Segundo os autores, apesar dos desafios metodológicos, a viabilidade da realização de neuro imagem enquanto dança tem sido demonstrado, e várias regiões do cérebro têm sido implicados na execução da dança. O

aspecto lúdico do movimento, como regulador de energia, fonte de prazer, de tolerância e de comunicação pode ajudar a estruturar a personalidade, equilibrar as carências afetivas e de relacionamento social (Vargas, 2000). Segundo o mesmo, na dança o que se busca trabalhar não é o corpo-objeto, onde somente interessa a execução do movimento. Buscamos a participação de todos, vivendo, expressando e pensando o seu próprio movimento, atuando com subjetividade, para poder criar e agir com autonomia (Vargas, 2000).

Segundo Batalha (2004), os benefícios de uma educação artística passam pelo atingir de autonomia, identidade própria, a partilha de sensações, ideias, movimentos, promovendo um forte envolvimento pessoal e social [...] *permitindo potencializar a capacidade de dar expressão a um espírito vivo, é satisfazer o corpo pensante* (Batalha, 2004, p. 15). A aprendizagem da dança enquanto manifestação artística e como conteúdo de educação física, possibilita o desenvolvimento como ser criativo e autônomo (Santos, 2011). Segundo o autor a linguagem da expressão corporal e da dança manifesta-se e é percebida em vários níveis simultâneos onde a dança é uma potência altamente significativa, linguagem simbólica que utiliza em termos de movimento, espaço e tempo todas as faculdades do ser humano, tanto cognitivas, como físicas e afetivas, caracterizada pelo uso rítmico e harmonioso de todas as funções corporais, mentais e espirituais, porque ao dançar os músculos, os sentidos e a mente entram em atividade, combinando-se reciprocamente, comunicando pensamentos e emoções. O desenvolvimento de diferentes aspectos através da arte da dança ocorre, pois a dança ajuda a desenvolver a personalidade de maneira equilibrada, propicia a aquisição de conhecimento, conceituação, entendimento e aceitação do próprio indivíduo (Santos, 2011).

Benefícios da Dança

A dança entre outras atividades humanas pode reunir atividade corporal e atividade artística, podendo a sua de prática, resultar numa vivência de grande bem-estar (Varregoso, 2014). Vários estudos científicos têm confirmado que a dança é uma excelente alternativa para o desenvolvimento das capacidades no indivíduo, não só como recurso terapêutico como também recurso preventivo (Wang, Collet & Lau, 2004;

Strassel, Cherkin, Steuten, Sherman & Vrijhoef, 2011; Mala, Karkou & Meekums, 2012; Ren & Xia, 2013).

A dança terapia ou terapia de movimento de dança é definida como um processo que promove a integração social, cognitivo, físico e emocional do indivíduo pelo uso psicoterapêutico do movimento (Ren & Xia, 2013). Segundo os mesmos autores, pode ser de grande valor para as pessoas com deficiência no desenvolvimento médico, social, físico e psicológico em que a terapia da dança pode ser praticada em unidades de saúde mental, reabilitação, asilos, creches e incorporado a prevenção de doenças e programas de promoção de saúde. A formação que possibilita um conhecimento dos processos de aprendizagem e de desenvolvimento de pessoas com necessidades educativas especiais é o que permite mudanças na área da concepção da área da saúde frente às necessidades educativas especiais, bem como os procedimentos do seu tratamento (Falkenbach, 2010). Na dança terapia usa-se o movimento psicoterapêutico para apoiar a integração cognitiva, emocional, física e social de uma pessoa, daí que o tema da dança como tratamento terapêutico de doenças tenha sido desenvolvido em vários estudos e revisões científicas que têm confirmado que a dança se torna numa valiosa ajuda no tratamento e no desenvolvimento ao nível global (Strassel, Cherkin, Steuten, Sherman & Vrijhoef, 2011; Kiepe, Stöckigt & Keil, 2012; Mala, Karkou & Meekums, 2012; Kiepe et al., 2012). Na dança terapia usa-se o movimento psicoterapêutico para apoiar a integração cognitiva, emocional, físico e social de uma pessoa (Strassel et al., 2011). As evidências do efeito terapêutico da dança são apontadas como positivas, relata-se a qualidade de vida, a auto estima, o lidar com um determinada doença, como alguns dos benefícios encontrados (Earhart, 2009). Constata-se que as evidências do efeito terapêutico da dança têm sido objeto de estudo de vários estudos, apontando-se para benefícios positivos. Relata-se a qualidade de vida, a auto estima, o lidar com a doença, como resultados apurados.

Por conseguinte, para além do efeito terapêutico e preventivo já mencionados, a dança também tem sido avaliado em vários estudos científicos como fator de inclusão social que ajuda na integração social e cultural de indivíduos com limitações e deficiência (Pinmentel, 2011; Antunes, 2013). Num estudo realizado sobre a Dança na Comunidade constatou-se que são várias as razões pelas quais as pessoas procuram a dança. Em termos gerais, nela encontram um espaço de ação mais ou menos formal, de liberdade, de partilha, de conhecimento e aprendizagem, de diversidade, de paixões, de convívio,

de divertimento, de esperança, bem-estar e de inclusão (Varregoso, Monteiro, Rodrigues, & Alves, 2014). Através da prática de dança poderão ocorrer melhorias em aspectos motores, aumento da auto estima, bem como, da independência funcional e relação a nível social (Artaxo & Mutarelli 2012; Silva, 2015). Segundo as mesmas autoras a dança é vista como um meio de tornar os indivíduos independentes e atuantes na comunidade, incentiva-os a enfrentar barreiras e a romper preconceitos. Tem vindo a mostrar-se uma estratégia positiva preventiva e desenvolvimentista em idosos, a nível físico, psicológico, social, expressivo e comunicativo, associando o processo de envelhecimento a uma experiência enriquecedora e social (Varregoso, 2010, 2014).

A prática de dança deve entender-se como sendo uma expressão corporal que resguarda a vitalidade e a naturalidade do movimento humano que desenvolve a integração entre corpo, movimento e mente. Desta forma a sua prática em indivíduos com Síndrome de Down deve primeiramente focar a afetividade, a consciência corporal e trabalhar a estimulação do aparelho locomotor (Leite, 2005). Através da linguagem que a dança representa cada individuo exprime o seu mundo interior e encontra forma de se relacionar com as outras pessoas (Varregoso et al., 2014). Segundo Oliveira, Zancan, Krug & Batistella (2002) a linguagem da expressão corporal e da dança é percebida, em vários níveis simultâneos, por exemplo: ela pode ser uma potência altamente significativa de linguagem simbólica que utiliza (em termos de movimento, espaço e tempo) todas as faculdades do ser humano, tanto cognitivas , como físicas e afetivas, caracterizada pelo uso rítmico harmonioso, e isso acontece pelo facto de ao dançar , os músculos, os sentidos e a mente entram em atividade, combinando-se reciprocamente, pensamentos e emoções. É vista como prática de atividade física e recomendada para diminuir os fatores de risco de doenças cardiovasculares, dos distúrbios do aparelho locomotor e até mesmo da depressão e ansiedade, condições que muitas vezes afetam os indivíduos com Síndrome de Down (Mala, Karkou & Meekums, 2012). Para além da importância da prática de exercício, existe o aspeto terapêutico, como o exercício da memória, ao decorar as coreografias entre outros conceitos que a prática de dança desenvolve, numa intervenção terapêutica face a determinada patologia. Há evidências científicas de que a dança melhora padrões motores, rítmicos, temporais, espaciais e posturais, habilidades e capacidades motoras (Silva, 2015), promove a socialização, aumenta o bem estar, suscita a expressão e exalta a arte (Varregoso, 2004, 2010; Araújo, 2011). A dança como atividade participativa e inclusiva possibilita a troca mútua, realça

a valorização individual e coletiva pela motivação, sentido de pertença e de conexão sem limites ou limitações (Varregoso et al., 2014).

O termo “ inclusão” é relativamente recente, data do ano de 1994 quando a UNESCO, por ocasião da Declaração de Salamanca, registou sua denominação no âmbito da educação regular (Falkenbach, 2010). Pressupondo a inclusão como um processo bilateral, entre a adaptação da sociedade e a capacitação da pessoa com necessidades educativas especiais, operacionalizam-se modos de facilitação dessa inclusão, assumindo a arte umas dessas formas (Antunes, 2013). O direito à educação fundamenta-se no preceito de que todos devem ter as mesmas possibilidades de desenvolver as suas capacidades para alcançar a independência cultural, política e económica e integrar-se plenamente na vida social (Falkenbach, 2010). Segundo este autor, o processo de aprendizagem que tem que ser permanente, é o desafio de aprender e de formar seres aptos para a vida social. As pessoas com deficiência possuem capacidades que precisam ser estimuladas e desenvolvidas na tentativa de romper barreiras e demonstrar à sociedade a superação dos limites e as suas reais potencialidades. Defende-se que a sociedade e a pessoa com deficiência devem-se unir para vencer obstáculos, com foco na reabilitação e normalidade. A coletividade como estímulo para o desenvolvimento baseado nas formas coletivas de colaboração que precedem as formas individuais de conduta. O componente social é o fundamento para o avanço de novas possibilidades das crianças com necessidades especiais. Os autores, explicam que um dos fatores centrais do desenvolvimento cultural é a colaboração, sendo a coletividade o fator de desenvolvimento das funções psíquicas superiores. (Santos & Coutinho, 2008)

A inclusão de pessoas com deficiência no universo da dança ainda é algo relativamente novo (Amoedo, 2004). Chama-se “ Dança Inclusiva “ aos trabalhos que incluem pessoas com e sem deficiência, onde os focos terapêuticos e educacionais não são desprezados, no entanto, a ênfase encontra-se em toda a elaboração e criação artística. Todo este processo deve levar em consideração a possibilidade de mudança da imagem social e inclusão destas pessoas na sociedade, através da arte de dançar, uma necessidade premente em vários países, onde existe este tipo de trabalho (Amoedo, 2004). Para Silva (2015), a dança inclusiva é entendida como um meio de impulsionar o desenvolvimento integral dos participantes, na medida em que valoriza as diferenças e o desenvolvimento das potencialidades e permite aos praticantes com ou sem deficiência ter outros

referenciais e uma percepção sobre o processo de exclusão e inclusão social na sociedade atual. Para Freire (2015), a dança como atividade participativa e inclusiva permite desenvolver entre outros aspetos um sentido coletivo, de pertença de grupo, uma ideia de conexão e de coesão com outras pessoas e culturas, sem limites ou limitações. Segundo Silva (2015), o processo de inclusão na dança requer reconhecer, aceitar e valorizar as diferenças corporais por meio de biótipo, etnias, género, orientação sexual, idade e classe social para que a ação pedagógica e artística possa ser materializada de forma integrada e ética. A dança permite o envolvimento e a participação de todos, permite vivenciar, exprimir e pensar individualmente o próprio movimento, fomenta a criação e agir com autonomia (Oliveira, Zancan, Krug & Batistella, 2002). À semelhança da “ Dança Social”, a dança reforça as formas de organização social que regem as relações entre os indivíduos no mundo da não dança. Quando alguém se levanta para dançar, procurando o prazer que essa atividade motora e sociabilidade provocam, essa é uma ação de interesse não apenas individual, mas também de significado e interesse social (Fazenda, 2000; Varregoso et al., 2014).

2.2 A Dança como fator de desenvolvimento

Domínio motor

Vários estudos realizados apresentam aspetos positivos em relação ao desenvolvimento de capacidades ao nível motor, em indivíduos com Síndrome de Down, através da dança (Ornelas & Souza, 2001; Saad, 2003; Vidal, Sérgio & Boff, 2008; Flores & Bankoff, 2010). Segundo Flores & Bankoff (2010), a dança tem uma grande influência física e intelectual nos indivíduos com Síndrome de Down, pois é um meio de se sinalizarem intervenções adequadas em prol de melhor qualidade de vida destes indivíduos. Para haver desenvolvimento em pessoas com Síndrome de Down através da dança, primeiro é necessário focar em afetividade, consciência corporal e estímulo do aparelho locomotor, respeitar a presença de hipotonia muscular, hiperflexibilidade articular, dificuldade na lateralidade e equilíbrio corporal, sinalizando-se as limitações durante o processo de desenvolvimento e a aprendizagem através da sua prática, defende-se a ideia de que a pessoa precisa de reconhecer, de se relacionar com os outros, desenvolver entre outras, as capacidades motoras (Artaxo & Mutarelli, 2012).

Segundo Saad (2003), o auxílio oferecido pela dança nos índices de coordenação motora também pode ser significativo, desde que a dança seja praticada respeitando os limites que cada um pode vir a apresentar. Na dança, a coordenação, o espaço e o ritmo complementam-se, aperfeiçoam-se e harmonizam-se através da experiência de jogo coletivo em contexto musical (Varregoso et al., 2014).

Flores e Bankoff (2010), estudaram a influência da dança expressiva sobre o equilíbrio corporal estático e dinâmico em indivíduos com Síndrome de Down e concluíram que a dança expressiva melhora a coordenação, a lateralidade, conscientização corporal, desenvolvendo a expressividade criando-se uma linguagem de comunicação. Segundo os autores, o equilíbrio é influenciado por fatores internos e externos, daí que a dança tenha contribuído para melhorar a distribuição das cargas plantares, mostrando os pontos de pressão mais definidos e melhores posicionados. Por ser uma atividade coletiva e lúdica, a dança proporciona benefícios físicos tais como: aumento da resistência corporal, postura e flexibilidade, para além de contribuir para o equilíbrio dentro de um desenvolvimento do indivíduo como um todo (Falsarella & Amorim, 2008). Segundo Cavasin (2007) dançar não é privilégio de alguns, mas um excelente método capaz de auxílio na formação pedagógica e capaz de desenvolver nos seus praticantes uma consciência corporal enquanto sujeito transformador do tempo e do espaço. Franca & Boff (2008) defendem que uma maneira eficiente de se trabalhar a dança em indivíduos com Síndrome de Down é utilizando a dança educacional recreativa, pois é uma excelente forma de estabelecer a saúde, aptidão física, autoconfiança, equilíbrio emocional, integração social, entre outros benefícios. Utilizando-a como um método que não se preocupa com a técnica, mas sim, propõe que as pessoas adaptem os exercícios ao seu dia a dia, ao seu meio, proporcionando acima e tudo, liberdade de movimentos. Para estes autores, para além de proporcionar uma ampla consciência corporal em relação ao mundo e às coisas que evoluem com a prática de dança, desenvolve a criatividade, a liderança e a exteriorização dos seus sentimentos, a dança permite também desenvolver valores físicos através dos movimentos corporais motores (saltos, corridas e outros) e psicomotores, quando há movimentos de coordenação entre braços, pernas, cabeça e tronco.

As pessoas com Síndrome de Down têm uma tendência para a obesidade, daí que a prática de exercício físico pode ser uma solução para a prevenção da obesidade e promoção de saúde ao longo da vida (Artaxo & Mutarelli, 2012). *A World Health*

Organization (2007) recomenda que as pessoas com deficiência devem praticar atividade física. A sua prática é recomendada para diminuir os fatores de risco de doenças cardiovasculares, dos distúrbios do aparelho locomotor e da depressão e ansiedade, sendo estas condições que muitas vezes afetam as pessoas com Síndrome de Down (Silva, Alcântara, Liberali, Netto & Mutarelli, 2012). Defende-se que o ideal é prevenir o sobrepeso e a obesidade com intervenções que possam favorecer uma dieta nutricional equilibrada desde a infância, para evitar complicações na fase adulta e permitir levar uma vida com qualidade (Bräuninger, 2012; Silva et al. 2012). Desta forma, sugere-se a prática regular de atividade física, pois a mesma pode proporcionar efeitos benéficos, como melhor condição cardiovascular, força muscular e controlo do peso corporal, diminuição da percentagem de gordura abdominal e valores mais baixos.

Domínio cognitivo

Segundo Cavasin (2007) a dança, proporciona um desenvolvimento corporal amplo, lapidando a personalidade do educando através de uma consciência corporal em relação ao próprio mundo e ao mundo do outro. Melhora valores mentais através da concentração e do raciocínio na fixação das sequências coreográficas. Segundo a autora, a criatividade e o interesse são competências cognitivas que podem ser trabalhadas durante o processo criativo das sessões de dança. Ao nível cognitivo a dança permite o seu conhecimento e compreensão, permite a melhoria da capacidade criativa através da exploração dos movimentos do corpo, o desenvolvimento do sentido estético, maior facilidade na resolução de problemas, o conhecimento de diferentes culturas e seus traços, entre outros (Varregoso, 2004; Araújo, 2011; Machado, 2011). Troncoso & Cerro (2005), referem que a dança pode ter efeitos positivos no desenvolvimento das competências linguísticas, cognitivas e sociais, nomeadamente ao nível do desenvolvimento da linguagem e na aprendizagem da leitura. Características como: a resistência crescente ao esforço para a realização de uma tarefa, a atenção, o estado de alerta, as atitudes de iniciativa, os processos de memória a curto e a médio prazo, bem como, os mecanismos de cálculo e de pensamento abstracto, podem ser desenvolvidas em indivíduos com Síndrome de Down através da prática de dança (Morato, 1994; Sampedro et. al., 1997; Araújo et al., 2008). A dança pode ser considerada uma potência altamente significativa de símbolos que utiliza (em termos de movimento, espaço e

tempo) no desenvolvimento de faculdades cognitivas, físicas e afetivas no indivíduo com Síndrome de Down (Artaxo & Mutarelli, 2012; Karpati, Giacosa, Foster, Penhune & Hyde, 2015).

Domínio emocional

Segundo Silva (2015), através da dança, o praticante é capaz de despertar sensações, emoções e sentimentos positivos e negativos marcados e registados no seu próprio corpo, os quais possibilitam “digerir” fatos e acontecimentos permitindo, a transformação das dimensões afetivossociais [...] *somos o resultado de tudo o que vivemos, das experiências, atitudes, valores e afetos que foram (en)formando o nosso percurso* (Monteiro, 2012, p. 88). A motivação dos jovens na fase da adolescência pela dança tem sido tema de alguns estudos por diversas razões (Rocha, 2009; Rosa, 2010; Silva, 2015). Destacam o gosto e prazer que a dança oferece o estar com amigos, descarregar energias, aprender novas técnicas de dança, libertar tensão, ter emoções fortes, pelo prazer, para ocupar o tempo, pelo reconhecimento social e interação entre os pares. Para além das razões mencionadas e segundo os autores, a prática de dança na adolescência também possibilita uma melhor participação social, a aquisição de novos conhecimentos e técnicas e a atingir um nível de dança mais elevado. Segundo Silva (2015), os jovens com Síndrome de Down encontram-se na fase da adolescência marcada por muitas transformações fisiológicas no corpo que repercutem em estados emocionais alterados. Para a autora a dança e a prática regular de atividade física pode ajudar na mudança significativa de alguns estados psicológicos (do pessimismo ao otimismo), ocasionando bem-estar psicológico e melhorando a resistência do praticante frente a qualquer tipo de stress.

A dança pode entender-se como uma ferramenta emblemática na significação do mundo interno dos praticantes, elaborada pelas motivações (intrínsecas e extrínsecas), descobertas e potenciais despertados. Considerando estes indicadores, pressupõe-se que a motivação para a vida seja produto do impacto positivo da dança no domínio afetivossocial, ao proporcionar um novo campo de visão repleto de sentidos e desejos em alcançar novas metas de vida. Assim, a dança pode oferecer aos praticantes diversos significados, tais como: crescimento, satisfação, positivismo, novas sensações, emoções

e segurança para superar sentimentos de falta de confiança, medo, vergonha dos outros e baixa estima. Esse novo referencial pode-se tornar um eficiente instrumento de suporte emocional para eliminação do sofrimento causado pelo estigma social (Bertine, 2014). A dança é propulsora de sensações e sentimentos, produtos da capacidade de ser afetado e afetar pelas interações e aprendizagens ocorridas nas sessões de dança, passa-se a respeitar o tempo de aprendizagem um do outro (Silva, 2015). Para Miller (2012), o corpo ao dançar, permite reproduzir sensações e reverberações de imagens e significados. Assim, a tomada de consciência do corpo e dos seus limites e possibilidades são motivados pelas experiências individuais e coletivas na dança, capaz de gerar conhecimento e sensibilidade para perceber de que forma o corpo foi afetado (sensações, emoções e sentimentos) por meio posturas e estados emocionais positivos e negativos (Miller, 2012, cit. por Silva, 2015). Também Hanna (2008) retrata a emoção na dança como uma fonte significativa de motivação humana que causa restrições ou inspira os estudantes durante a ação de dançar ou ao criar danças, favorecendo o entendimento do não verbal (dança) por meio da transmissão de emoções. Dessa forma, segundo a autora a dança é multissensorial ampliando a percepção da consciência que se expande ao acessar o significado de diferentes tipos de expressão emocional (Hanna, 2008, cit. por Silva, 2015).

Domínio social

Segundo Saad (2003), a deficiência não incapacita o sujeito na sua totalidade. Segundo o autor, existem mitos, de preconceitos historicamente construídos e a precariedade de informações ou conhecimentos referentes às potencialidades das pessoas com Síndrome de Down, constituem fatores que dificultam sua participação na sociedade. O estigma não se limita à atuação das pessoas, define-se pelo “esquecimento” da sociedade em fazer com que o portador de sequelas tenha oportunidade de vida e participação iguais aos outros cidadãos. Existem, porém alternativas a esse modo de pensar e as ações consequentes a ela. Uma maneira de combater essa visão é acreditar que as populações são capazes de conseguir o que precisam, incentivar atividades com intenção de melhorar a habilidade motora e a aptidão física, bem como a capacidade de pensar, agir e desenvolver também as suas potencialidades criativas, sócio afetivas e espontâneas. Uma pessoa pode ser considerada como tendo uma desvantagem num grupo e não

noutro, pois tal depende de elementos como o tempo, o lugar, o estatuto e a função do indivíduo, isto é, do enquadramento social. Segundo Correia (2005), todas as sociedades ao longo do tempo tem encontrado formas próprias e algumas bem peculiares de lidar com a diferença e com o «diferente». Neste contexto surge-nos a dança que tem vindo a mudar ao longo dos tempos e, desta forma, através dela, como produto cultural que é, podemos “observar” os traços sociais e os sinais de mudança, nela reconhecendo as diversas sociedades e a sociedade contemporânea (Varregoso, 2004). Para Silva (2010) a dança inclusiva é encarada como um meio para impulsionar o desenvolvimento integral dos participantes, na medida em que incentiva a valorização das diferenças e o desenvolvimento das potencialidades, permitindo aos praticantes com ou sem deficiência ter outros referenciais e uma percepção sobre o processo de exclusão e inclusão social latente na sociedade atual.

A dança torna-se um meio de ocupação positiva do tempo de lazer, contribuindo para a interação social, bem-estar individual e coletivo (Varregoso et al., 2014). Segundo os autores, através da dança conseguimos ligar-nos com a nossa corporalidade, é uma forma de expormos o que na sociedade, na cultura, é desvalorizado e muitas vezes negado. Ao ter de agir, reagir e interagir com todos os que dançam, vai surgindo um sentimento de união com a dança e um sentimento de solidariedade com o grupo. Ao aprender em conjunto desenvolve-se um sentimento de igualdade de oportunidades e de confiança em si próprio e, ao mesmo tempo, de individualidade (Bartlett, 2013; Varregoso et al., 2014). Segundo os autores, a partilha de um gosto comum e a vivência de grupo, proporcionam o prazer de fazer em conjunto, experienciando sensações de cooperação, confraternização, comunhão, celebração, partilha, fraternidade, universalidade, liberdade, não havendo credos, nem nações mas união. Permite a existência de sentimentos que favorecem a autoestima, reciprocidade, aceitação, tolerância e inclusão que, no seu conjunto, se traduzem em desenvolvimento social. Silva (2015), propõe que os processos criativos e interpretativos na sala de dança com crianças e jovens com deficiência seja pensado com diferentes corpos, criando distintas danças e que a referência de um corpo perfeito, estabelecido pelos padrões socialmente aceites, não impede a comunicação e expressão de outros corpos. A dança pode proporcionar mudanças significativas no domínio afetivo social, nomeadamente ao nível de superação dos desafios impostos no quotidiano, ao nível emocional, e social (timidez, introversão, inibição, autonomia, autoconfiança, autoestima). Com esse

fortalecimento da dimensão afetivo social tornaram mais hábeis para superar as dificuldades no terreno das relações sociais, família, escola e comunidade, estabelecendo novas formas de esses jovens lidarem consigo mesmos e com o mundo ao seu redor (Silva, 2015).

A prática de dança em grupo, realça o grupo como agente facilitador da inclusão e das mudanças ao nível da aquisição de competências técnicas e artísticas, associadas ao desenvolvimento de competências sociais, permitindo perceber a dança como forma de inserção social (Antunes, 2013). A autora adianta que para as crianças com alguma deficiência, o convívio com outras crianças pode facilitar o desenvolvimento e a aprendizagem, o que favorece a formação de vínculos afetivos e sociais entre as mesmas. A prática de dança pode ser encarada como uma ocupação do tempo livre, o fugir à rotina, passear, divertir-se e encontrar pessoas (Varregoso et al., 2014).

PARTE II – Estudo Empírico

Capítulo 3 - Metodologia

A metodologia científica é um conjunto de abordagens, técnicas e processos utilizados pela ciência para formular e resolver problemas de aquisição objetiva do conhecimento, de uma maneira sistemática (Araújo, Pinto, Lopes, Nogueira & Pinto, 2008). Consiste numa atividade crítica que se aplica aos diversos produtos e processos de pesquisa, em que os métodos utilizados na investigação em educação podem ser variados, desde entrevistas, inquéritos, investigação de campo, diários, análise documental, entre outros, ou seja, poderão utilizar-se métodos quantitativos e métodos qualitativos (Araújo et al., 2008). A investigação qualitativa insere-se hoje, em perspetivas teóricas, por um lado diferenciadas, e, por outro lado, coexistentes e recorre ao uso de uma variedade de técnicas de recolha de informação como materiais empíricos, estudo de caso, experiência pessoal, história de vida, entrevista, observação, textos históricos interativos e visuais que descrevem rotinas, crises e significados na vida das pessoas (Aires, 2015). No sentido de recolher informação válida para a fundamentação das decisões tomadas ao nível da intervenção optamos, no presente estudo, pela utilização de técnicas de análise qualitativa baseada na análise de conteúdo que se define por um conjunto de técnicas de análise das comunicações, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitem a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção e receção destas mensagens (Trivinos, 1987; Bardin, 2006; Flick, 2009). Dada a sua natureza científica, procedemos a análise de conteúdo eficaz, rigorosa e precisa da entrevista, dos inquéritos por questionário e à análise dos documentos (Dias, 2017).

Classificando o nosso estudo relativamente à sua tipologia, trata-se de um estudo de caso único, ou seja, a unidade de análise recai sobre uma amostra única (Coutinho, 2014). Optamos pelo estudo de caso pois é um método que consiste na observação detalhada de um contexto ou indivíduo de uma única fonte de documentos ou de um acontecimento específicos e pode servir para aumentar o conhecimento que se tem acerca do mesmo e ter por principal objetivo a elaboração de hipóteses novas ou pode

servir para estudar o efeito de uma mudança no indivíduo. (Bodgan, R. & Biklen Sari., 1994; Bell, 1997). Este método apresenta como algumas vantagens a recolha de informação detalhada que se obtém sobre um fenómeno novo, a análise completa que produz permite extrair ideias, ligações entre variáveis e verificar hipóteses e permite ao investigador concentrar-se num caso específico ou situação e de identificar, ou tentar identificar, os diversos processos interativos em curso (Bell, 1997; Fortin, 1999). Todavia, apresenta como desvantagem a inviabilidade da generalização dos resultados.

Só com um estudo de caso se podem identificar, de forma pormenorizada, os processos interativos entre o sujeito e o efeito específico e personalizado que a dança pode ter nesse mesmo sujeito. A amostra que se considerou como única, selecionada para o estudo, foi um sujeito do sexo feminino, com 18 anos de idade com Síndrome de Down que frequenta há um ano um centro atividades ocupacionais num centro de educação especial e reabilitação e integração. Entre outras atividades que constam no seu horário, pratica sessões de dança criativa. Estas sessões têm como objetivo primordial o desenvolvimento pessoal, a criatividade e potenciar a expressão das vivências internas dos participantes e pretendem trabalhar a vivência da arte como experiência estética. Foram apuradas categorias através da revisão de estudos dentro da mesma temática e metodologia. Por sua vez, essas categorias foram ajustadas às características do Gil e às suas especificidades relacionadas com as suas vivências muito próprias, no sentido de ajudar a perceber, de um modo mais descritivo e processual quais os benefícios e importância que a dança tem para o mesmo.

3.1 Pergunta de partida e Objetivos do estudo

Relembramos que a investigação teve como fundo, a seguinte questão orientadora: *Quais os benefícios e qual a importância que a dança tem, especificamente, ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down?*

Como já foi referido, foi definido o seguinte **objetivo geral**: Perceber quais são os benefícios e qual a importância que a dança tem, especificamente, ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down. Este objetivo geral, norteador do trabalho empírico, subdivide-se em três objetivos específicos que pretendam orientar todo o processo de ação investigativa, de forma concreta e com

observações seguras, sendo eles:

1. Apurar quais os benefícios específicos da dança no desenvolvimento integral do individuo com Síndrome de Down - Gil:
 - 1.1. evidenciados pelo individuo;
 - 1.2 evidenciados pelos pais;
 - 1.3 evidenciados pelos técnicos;
 - 1.4 evidenciados pela professora de dança;
2. Perceber, especificamente, qual a importância da dança ao nível do desenvolvimento integral do individuo com Síndrome de Down - Gil, atribuída pelos diferentes intervenientes no estudo;
3. Confirmar se a dança foi considerada, pelos intervenientes no estudo, uma ferramenta que melhorou o desenvolvimento integral do individuo com Síndrome de Down - Gil;

3.2 Descrição da amostra

A investigação é um estudo de caso, cuja unidade de análise recai sobre uma amostra única, um sujeito do sexo feminino, com 18 anos de idade identificado por “ Gil”, com Síndrome de Down. A escolha de uma só amostra deveu-se ao facto de se pretender estudar a interação de fatores e acontecimentos, a qual poderá conduzir a um significado desta mesma interação, através de um único caso prático (Bell, 1997).

No que se refere à aparência física o Gil apresenta algumas características morfológicas que caracterizam o Síndrome em estudo: tem a cabeça mais pequena do que o normal, o rosto é achatado, as orelhas e o nariz são pequeno, o pescoço é curto e largo, as mãos os pés e os dedos são grossos e curtos e tem uma estatura mais baixa do que o normal e a parte posterior é ligeiramente achatada (branquicefalia). Por conseguinte, não são visíveis nele características físicas que são evidentes neste Síndrome, sendo elas: descoordenação motora, flacidez muscular e tendência para a obesidade. Apesar de usar óculos, revela funcionalidade dos órgãos dos sentidos, muito em particular na visão e na audição. É um sujeito tímido e reservado, curioso pelo que o rodeia, educado e

simpático. Tem um imaginário povoado de imagens dos seus filmes e programas de televisão favoritos (*Frozen e Violeta*). O que mais gosta é imitar esses personagens, dançando e fazendo teatro. Compreende com facilidade a linguagem verbal e expressa-se verbalmente com boa dicção, construção frásica e vocabulário diverso. Apresenta um bom nível de autonomia nas atividades de vida diária, no entanto, apresenta um ritmo lento devido ao seu comprometimento intelectual.

O Gil integrou um Centro de Atividades Ocupacionais (CAO) em maio de 2015. Tem um Programa Individual de Cliente (PIC), documento que foi definido no início do ano civil, com o contributo da pessoa apoiada, da família e dos técnicos. Foi feita a sua avaliação em setembro de 2015, por três elementos da equipa multidisciplinar da instituição que avalia a área psicológica, social e físico-motora. Esta avaliação foi elaborada com referência a um sistema de classificação (Instituto Nacional para a Reabilitação, 2016, inserido na Família de Classificações Internacionais de Funcionalidade para Crianças e Jovens [CIF – CJ], *WHO-FIC World Health Organization Family of International Classifications*). Este sistema constitui um quadro de referência universal adotado pela OMS para descrever, avaliar e medir a saúde e a incapacidade individual. Assim, na avaliação ao perfil de funcionalidade do Gil, foram revistas as funções do corpo, atividade e participação e fatores ambientais, foram quantificadas através de uma mesma escala genérica. Estes parâmetros de avaliação foram consultados para esta investigação e foram de extrema importância para a compreensão das capacidades e limitações do sujeito da amostra.

O Gil foi caracterizado por revelar no início da sua frequência do CAO, uma grande tendência para o isolamento, uma atitude de grande inibição, não falava com ninguém e passava o tempo virado para a parede. Lentamente, começou a aproximar-se do espaço onde se encontravam os colegas e, progressivamente tem aceitado comunicar e aproximar-se dos pares e dos técnicos, revelando aspetos da sua vida e de si próprio. Apresenta dificuldades moderadas nas funções intelectuais, dificuldades graves nas interações interpessoais para manter e controlar interações com outras pessoas de maneira contextual e socialmente apropriada. Tem dificuldade em controlar emoções e impulsos, em agir de maneira independente nas ações sociais e em agir de acordo com as regras e convenções sociais. Apesar de ligeiras alterações na articulação das palavras, o seu discurso verbal é claro, audível e evidenciou capacidade para construir frases utilizando vocabulário diversificado. A instituição onde se insere promove o

desenvolvimento pessoal (relações interpessoais), o bem-estar (bem-estar emocional e físico) e a inclusão social (melhoria da interação com os outros e melhoria do desempenho nas tarefas em grupo). Para esta promoção contribui a vivência das aulas de dança, como umas das atividades que ajudam no desenvolvimento pessoal, social e bem-estar.

3.3 Procedimentos de realização do estudo

Na investigação que se leva a cabo foram tomadas todas as disposições necessárias para proteger os direitos e liberdades das pessoas que participaram na investigação (Fortin, 2009). Para realizar esta investigação foi obtido o termo de consentimento livre e esclarecido da Direção do Centro de Educação Especial de Reabilitação e Integração onde estava institucionalizado o Gil, da Direção da Academia de Música onde o Gil realizava as aulas de dança (Anexo 1) e dos encarregado de educação do sujeito (Anexo 1). Foram aplicados Questionários aos pais, à professora de dança e aos técnicos decorreu na segunda quinzena do mês de maio. (A coordenadora do centro de atividades ocupacionais disponibilizou-se a entregar os questionários aos técnicos e a recolhe-los quando preenchidos). O questionário aos pais e à professora de dança foi entregue pessoalmente pela investigadora e foram preenchidos na sua presença. Realizou-se a Entrevista com o Gil com o seu assentimento no início do mês de junho e foi realizada na sala de atividades do CAO, durante a hora de almoço, de forma a não interferir com a sua rotina e horário do seu PIC. A Entrevista foi registada em áudio com o conhecimento e consentimento da entrevistada e teve a duração de vinte minutos.

3.4 Contextos de recolha de dados

No sentido de recolher informação válida para a fundamentação das decisões tomadas ao nível da intervenção, optou-se pela utilização de várias técnicas empíricas no contexto estudado. A seleção das técnicas a utilizar durante o processo de pesquisa constituiu uma etapa muito importante pois desta depende a concretização dos objetivos do trabalho de campo (Aires, 2015). Essas técnicas proporcionaram um processo de triangulação. A triangulação é considerada uma das técnicas mais comuns da

metodologia qualitativa, consiste numa colheita de dados junto de diversas fontes de informação (grupos, meios e períodos de tempo), a fim de estudar um mesmo fenómeno (Burgess, 1997; Fortin, 1999; Aires, 2015). O seu princípio consiste em recolher e analisar os dados a partir de diferentes perspetivas para os comparar e interpretar. O nosso estudo, utiliza uma triangulação metodológica e uma triangulação de dados e fontes pois supõe a aplicação de diferentes método e/ou instrumentos ao mesmo tema: os benefícios da dança ao nível do desenvolvimento integral num indivíduo com Síndrome de Down. O procedimento da triangulação de dados e fontes de informação possibilitou evidências precisas por intermédio do cruzamento das informações obtidas na coleta deste estudo. Utilizamos como fonte de informação vários documentos, a aplicação de inquéritos por questionário e ainda a recolha de informação através de uma entrevista realizada ao sujeito da amostra deste estudo.

Seleção e análise documental

Para realizar a investigação foi solicitada autorização à direção da instituição, bem como, aos pais do “Gil”, a fim de consultar as fontes oficiais que constam no seu processo. Desenvolveu-se inicialmente uma seleção e análise documental acerca do sujeito da amostra deste estudo. A leitura de documentos não pretendeu replicar conhecimentos, mas teve a finalidade de contextualizar a temática da investigação e caracterizar o sujeito da amostra. Para Quivy (2008) a leitura é uma etapa, que segundo o autor deverá ser curta e simples, ajudando o investigador a refletir sobre a finalidade e a veracidade da investigação e, simultaneamente, procurar saber qual a melhor forma de alcançar os objectivos estipulados. Nesta investigação, a análise documental constituiu uma importante fonte de recolha de informação que ajudou a compreender a história de vida do sujeito e da família em estudo. Esta análise documental incidiu sobre a leitura dos documentos do processo individual do aluno – relatórios de pediatria, psicologia, terapia da fala e terapia ocupacional, relatórios técnico-pedagógicos elaborados por referência às Capacidades Intervenção e Funcionalidade (CIF) e pelo inventário de rotinas da família e os relatórios de avaliação do indivíduo que permitiram apreender informação relevante sobre a família, incluindo a perspetiva de alguns profissionais envolvidos na intervenção. A pesquisa documental vale-se de materiais que não receberam um tratamento analítico (Gil, 1999).

3.4 Instrumentos

Para a elaboração e validação de instrumentos, metodologicamente é sugerido que se sigam as seguintes etapas: 1) identificação do constructo; 2) formação das categorias e construção do instrumento; 3) validação do conteúdo (Alexandre & Coluci, 2011), que adotamos neste estudo e que a seguir descrevemos.

3.4.1 1ª Etapa – Identificação do constructo

Neste estudo, procurou-se planejar o método de coleta de dados optando por procedimentos que garantissem indicadores confiáveis. Realizou-se, num primeiro momento, a etapa da revisão de estudos, sendo a dança e Síndrome de Down o constructo selecionado (Guimarães, Luís, Faria, Marlena & Pagliuca, 2014). Segundo Cooper & Schindler (2003), a criação do constructo considera, além do instrumento de mensuração utilizado, a teoria. Para a validação do conteúdo na construção e adaptação cultural de instrumentos de medida, é necessário definir-se o constructo de interesse das dimensões em estudo (Alexandre & Coluci, 2011). A validade do constructo, consiste em medidas operacionais adequadas para os conceitos e a sua aplicação em estudos de caso pode dar-se por meio do emprego de múltiplas fontes de evidência e de demonstração de um encadeamento das evidências obtidas. O relatório do estudo de caso deve ser revisto por informantes-chave (Burguess, 1997; Yin, 2005). No presente estudo de acordo com os autores, tentou-se identificar os constructos implícitos que são mensurados (Oliveira, Walter & Bach, 2012) e foram pesquisados alguns estudos e meta-análises sobre as evidências do efeito terapêutico da dança e quais os seus benefícios em indivíduos com limitações e doenças (Strassel, Cherkin, Steuten, Sherman, & Vrijhoef, 2011; Kiepe, Stöckigt, & Keil, 2012; Bräuninger, 2012; Mala, Karkou, & Meekums, 2012; Artaxo & Mutarelli, 2012; Ren & Xia, 2013; Koch, Kunz, Lykou, & Cruz, 2014). Segundo os resultados obtidos, a dança é eficaz para aumentar a qualidade de vida e diminuir os sintomas clínicos, tais como depressão e ansiedade (Koch et al., 2014). Segundo os autores, os efeitos positivos também foram encontrados no aumento do bem-estar subjetivo, humor positivo, afeto e imagem corporal (Oliveira, 2002; Ren & Xia, 2013; Silva, 2015).

Considerando estes estudos, e respeitando a deficiência pela sua diferença e

especificidade pretende-se através da dança e o Síndrome de Down, definidos como conceitos base do construto, trazer novas evidências e informações úteis precisas para o tema deste estudo.

3.4.2 2ª Etapa – Formação de categorias e construção dos instrumentos

a) Formação de categorias

Quando se quer empreender uma investigação procura-se encontrar ou delimitar um campo de interesse preciso (Fortin, 2009). Este campo de interesse é habitualmente associado aos estudos empreendidos, onde a formação de categorias deve ter base em bibliografia direcionada para o objetivo do estudo e ter em conta a amostra a que se direciona (Araújo, Pinto, Lopes, Nogueira & Pinto, 2008; Fortin, 2009; Alexandre & Coluci, 2011). Relativamente aos Questionários (Anexos 7,8,9) e ao guião de Entrevista (Anexo 4), a construção foi direcionada para os objetivos deste estudo, pelo que se teve em conta a sua validade e fiabilidade. Neste estudo, tratando-se de um estudo de caso único, a constituição das categorias a apurar com a aplicação da Entrevista e dos inquéritos por Questionário, foram ajustadas às características do indivíduo com Síndrome de Down, dadas as suas especificidades. As categorias organizadas constituem-se no produto do desenvolvimento da investigação e são descritas refletindo o referencial teórico do estudo em conjunto com os respetivos conteúdos obtidos nas informações coletadas. Após a revisão de estudos que se apresentou sobre a prática da dança e o seu contributo no desenvolvimento do indivíduo com Síndrome de Down, foram apuradas quatro categorias:

Categoria 1- Desenvolvimento global

Domínio Motor - A dança pode ajudar a trabalhar a hipotonia (Morato, 1994); tonicidade, fraqueza muscular (Artaxo, Alcântara, Liberali, Netto, & Mutarelli, 2012); coordenação motora, equilíbrio corporal (Franca & Boff, 2008); agilidade, flexibilidade, resistência corporal (Falsarella & Amorim); também estimula o aparelho locomotor, a marcha, o andar e a mobilidade (Morato, 1995); a postura (Cavasin, 2007); desenvolve percepções cinestésicas básicas: esquema corporal, orientação espacial, orientação

temporal e ritmo musical (Morato, 1995; Franca & Boff, 2008). Melhora as vivências técnico-corporais (Varregoso, 2015; Varregoso & Comprido, 2016).

Domínio Cognitivo - A dança ajuda no desenvolvimento da atenção, concentração, memória, cálculo (Morato, 1994; Bautista, 1997; Araújo et al., 2008); criatividade, aquisição de conceitos, capacidade de resposta, interesse (Troncoso & Cerro, 2005; Cavasin, 2007); pensamento e raciocínio, lógica e organização e linguagem (Cavasin, 2007; Artaxo & Mutarelli, 2012; Karpati, Giacosa, Foster, Penhune & Hyde, 2015).

Domínio Social - A dança proporciona a existência de trocas sociais (Silva, 2015) relação interpessoal, integração social (Antunes, 2013); a interação social e cultural (Aguilar, 2005); cooperação e companheirismo (Troncoso & Cerro, 2005; Correia, 2005; Franca & Boff, 2008; Mala et al., 2012; Alves & Gil, 2012). Confere o sentimento de pertença a um grupo e melhora a atitude social (Varregoso, 2004; Araújo, 2011; Silva, 2015). Melhora as vivências expressivas-comunicativas (Varregoso, 2015; Varregoso, Machado & Barroso, 2015; Varregoso & Comprido, 2016).

Domínio Afetivo – A dança permite a expressividade e espontaneidade (o indivíduo sente-se mais livre), ajuda na compreensão e educação das emoções (Araújo, 2011, Silva, 2015), ajuda a trabalhar a musicalidade e a existência de afetividade positiva (mais disposição), e o controlo de impulsividade (Artaxo & Mutarelli, 2012; Varregoso, 2014; Silva, 2015). A prática de dança tem fortes efeitos a nível social e psicológico (Varregoso, 2015).

Categoria 2 - Bem-estar

Emocional e físico - A dança permite melhorar a saúde geral, melhorar a condição física, a funcionalidade e a desenvolve o corpo. Ajuda a melhorar os fatores rítmicos, orientação temporal e espacial, a descobrir o controlo do próprio corpo e movimento (Varregoso, 2010; Araújo, 2011). Através do movimento exteriorizar sentimentos e emoções (Cavasin, 2007; Varregoso, 2010); pode motivar e desenvolver a auto estima (Falsarella & Amorim, 2008; Varregoso, 2010; Varregoso, 2014); valoriza o indivíduo através do desenvolvimento de novas capacidades, independência de movimentos

(Silva, 2015); desinibe e confere satisfação, harmonia, sensações de alegria, bom humor, divertimento e equilíbrio emocional e enriquecimento pessoal (Cavasin, 2007; Falsarela & Amorim, 2008; Mala, Karkou & Meekums, 2012 ; Koch et al., 2014; Silva, 2015). A dança pode compensar as limitações das pessoas com deficiência, conferindo-lhe bem-estar tanto a nível emocional como físico (Cali e Caprio, 2008; Strassel et al., 2011; Kiepe, Stöckigt & Keil, 2012; Ren & Xia, 2013; Koch et al., 2014). A dança implica exercitação e recreação que melhoram o bem-estar (Varregoso, 2014; Varregoso, Machado & Barroso, 2016).

Categoria 3 - Qualidade de Vida

Autonomia e Independência - Através da prática de dança o individuo pode adquirir independência funcional, autonomia, aumentar a capacidade de resolução de situações diárias e maior facilidade na concretização das mesmas (Silva, 2015). A dança permite o encorajamento de potencialidades individuais (Silva, 2015) e oferece uma melhor qualidade de vida diária (Mala et al., 2012; Bräuninger, 2012; Koch et al., 2014). A dança pode ser uma estratégia preventiva para melhorar a qualidade de vida (Varregoso, Machado & Barroso, 2016).

Categoria 4 - Inclusão Social

Interação Social e Cultural - A dança pode contribuir para que exista uma participação plena no grupo, na sociedade (Saad, 2003; Rodrigues, 2006); pode ser encarada como atividade de lazer e cultura que ajuda na integração social (Franca & Boff, 2008); desenvolve potencialidades individuais (Aguar, 2005), atitudes e hábitos positivos de relação e cooperação e de interação com os pares (Saad, 2003; Santos & Coutinho, 2008; Alves e Gil, 2012; Antunes et al., 2013; Varregoso, 2014; Silva, 2015).

b) Construção dos instrumentos

Entrevista

Neste estudo usou-se uma Entrevista semiestruturada realizada ao sujeito com Síndrome de Down, constituída por quinze perguntas abertas orientadas, permitindo ao Gil expressar a sua opinião livremente, destacando-se como vantagem deste método, a sua adaptabilidade (Bell, 1997; Quivy, 1998; Mattos, 2006; Dias, 2010). Para o nosso estudo, escolheu-se o método da entrevista com o intuito de obter dados significativos e tivemos como objetivo a obtenção de respostas completas, detalhadas e pormenorizadas sobre os benefícios da prática de dança, bem como o seu desenvolvimento ao nível dos diversos domínios e contributos na vida do sujeito praticante de dança com Síndrome de Down, selecionado para a amostra da nossa investigação. É uma técnica de tratamento de informação que para além de permitir organizar e classificar material recolhido de uma forma mais ou menos controlada e sistemática, mostrando-nos em última análise a importância atribuída a determinados temas tratados pelo sujeito também desempenha um papel fundamental no campo da investigação a nível pessoal e de grupo através da mesma é possível perceber de que forma os sujeitos interpretam as suas vivências (Dias, 2010; Coutinho, 2014). A recolha de dados por entrevista, foi orientada pelas sugestões de Quivy e Campenhoudt (1998) pois segundo os mesmos, o Gil é considerado como sendo um interlocutor válido. Considerando o sujeito da amostra, foi construído um guião da Entrevista com vista a dar resposta aos objetivos do estudo o qual foi submetido a um parecer técnico e avaliação por parte de uma equipa de especialistas relacionados com a população em estudo, para se obter a validação deste instrumento (Anexo 4). A Entrevista foi realizada na sala de atividades e os registos das respostas foram gravados em áudio com o conhecimento e consentimento do entrevistado. O número de perguntas elaboradas foi reduzido de forma a não cansar o Gil e a objetividade das perguntas teve como finalidade, responder à pergunta partida, mais concretamente, responder ao objetivo central desta investigação. No final, a Entrevista foi transcrita na íntegra pelo investigador de forma a registar fielmente as pausas existentes, as mudanças de entoação, sinalizadores de entoação, silabação e outras variações que tenham ocorrido na entrevista.

Inquérito por Questionário

Utilizou-se o inquérito por Questionário como método de recolha de dados para este estudo, de modo a complementar os dados obtidos através dos instrumentos qualitativos. Para Fortin (2009), este é um instrumento de medida que traduz um objetivo de um estudo com variáveis mensuráveis que ajuda a organizar, a normalizar e a controlar os dados. Optou-se por construir três versões do inquérito por Questionário: uma versão foi passada à professora de dança do indivíduo da amostra (Gil), uma foi passada a 10 técnicos que trabalham com o sujeito do estudo e uma foi passada aos pais do Gil (Anexos 7,8,9). A sua construção, foi direcionada para os objetivos do estudo.

As perguntas são definidas como alternativas, perguntas de escolha, onde se oferece ao inquirido a possibilidade de escolha dentro de uma série de respostas orientadas no questionário, com base em conhecimentos obtidos na literatura, na pesquisa exploratória ou no contato com os peritos especializados no argumento (Dias, 2010). Em consonância com Hill & Hill, (2009), nas pesquisas em que o questionário é empregue como técnica de recolha de dados, é por meio dele que os dados concedem a obtenção de respostas às questões da investigação, aquelas que são os objetivos dessa pesquisa. Segundo os autores, este tipo de estudo revela-se útil quando a investigação principal tem como objetivo a confirmação ou a extensão de um trabalho na literatura e não existe um questionário adequado à investigação. A existência de um estudo preliminar é simples, uma vez que o trabalho na literatura indica a natureza geral das variáveis que caberá ao investigador medir por meio de um questionário (Hill & Hill, 2009).

Uma vez que na literatura são abordadas muitas variáveis e não se encontra um instrumento que as contemplasse totalmente, optou-se pela construção e validação dos seguintes questionários:

Questionário aos Pais- Este questionário constitui um instrumento com treze perguntas, cujo resultado pretende apurar quais os benefícios e a importância que os mesmos atribuem à prática de dança ao nível do desenvolvimento integral do Gil, durante o seu dia a dia com a família (Anexo 7).

Questionário à Professora de Dança –Este questionário constitui um instrumento com catorze perguntas, cujo resultado pretende junto do elemento promotor e dinamizador da atividade, apurar qual a importância da dança e evidências ao nível do desenvolvimento do Gil nos diversos domínios (Anexo 8).

Questionário aos Técnicos- Este questionário constitui um instrumento com onze perguntas, cujo resultado pretende confirmar se a dança foi uma ferramenta que melhorou o desenvolvimento integral do individuo com Síndrome de Down, nos diversos domínios (Anexo 9).

3.4.3 Contextos de recolha de dados por inquérito por Questionário

Inquiridos

Os participantes selecionados para a recolha de dados para este estudo foram os pais do sujeito, a professora de dança e dez técnicos que fazem parte da equipa da Instituição que acompanham o Gil. Os pais foram escolhidos para participar neste estudo pois a sua participação contribui para o melhor desenvolvimento do individuo (Grillo, Souza, & Campanelli, 2014). O ambiente familiar, que é o primeiro universo social da criança, exerce grande influência sobre ela oferecendo oportunidades diversas no seu desenvolvimento (Grillo et al., 2014). Os pais são, quase sempre, os primeiros educadores da criança, assumem um papel preponderante e insubstituível na sua socialização primária e constituem o seu microsistema, tendo a responsabilidade de estabelecer com a criança relações de afeto e de educação, fulcrais para o seu desenvolvimento (Eloisa & Carvalho, 2015). O Gil vive com os pais e irmã mais velha e de uma forma geral, todos participam no seu processo de estimulação e aprendizagem (embora seja a mãe o elemento mais ativo no seu acompanhamento). Por todas as razões mencionadas, a opinião dos pais é importante pois de forma subjetiva podem expressar o conhecimento que têm sobre a influência das sessões de dança para o Gil e pode servir para estudar o efeito de uma mudança no mesmo, bem como, identificar, os diversos processos interativos em curso. O reforço e apoio da família no que respeita à escolha de atividades para os seus filhos, bem como na ajuda da intervenção profissional assume grande significado no seu desenvolvimento e amadurecimento (Grillo et al., 2014).

A professora de dança é um elemento importante para a recolha de dados, pois é uma pessoa que trabalha semanalmente com o Gil nas sessões de dança criativa. Trabalha sessões de expressão corporal com grupos inclusivos há dois anos, tendo realizado um espetáculo de dança inclusiva o ano passado em Leiria. Integraram também o nosso estudo o grupo de dez técnicos que trabalham direta e regularmente com o Gil no desenvolvimento das diversas áreas do seu PIC e que, por isso, se torna importante a sua opinião porque revelam informações que poderão ajudar a responder ao objetivo central do nosso estudo. Este grupo foi constituído por dez elementos da equipa da instituição, sendo eles : dois professores de Educação Física, um deles responsáveis pelas sessões de atividade física e o outro pela natação; duas monitoras das atividades de expressão plástica e da culinária; uma animadora sócio cultural; um professor de tecnologias de informação; uma terapeuta, uma professora de Educação Especial, uma professora de Música e um psicólogo.

3.4.4 3ª Etapa – Validação do conteúdo (inquéritos por Questionário e Entrevista)

Os critérios de validade constituem-se em elementos fundamentais que compõem o rigor metodológico de um estudo científico (Boutin, 1990; Alexandre & Coluci, 2011; Oliveira, Rodrigues, Saraiva & Fernandes, 2012). A validade de conteúdo é fundamental no processo de desenvolvimento e adaptação de instrumento de medidas, pois avalia o grau em que cada elemento de um instrumento de medida é relevante e representativo de um específico constructo com um propósito particular de avaliação. Segundo os mesmos autores, os elementos de um instrumento são todos os aspetos do processo de medida que podem afetar a recolha de dados. (Alexandre & Coluci, 2011). É considerado um passo essencial no desenvolvimento de novas medidas porque representa o início de mecanismos para associar conceitos abstratos com indicadores mensuráveis (Dias, 2010; Alexandre & Coluci, 2011); (Anexo 2).

Uma vez apuradas as categorias e elaboradas as definições para os domínios, desenvolveu-se para esta investigação a construção dos critérios do instrumento de avaliação. No caso de um questionário, consideram-se como elementos as instruções, o formato das respostas e os itens de forma individual (Haynes, 1995; Alexandre & Coluci, 2011).

Para a validação do conteúdo do Questionário e da Entrevista é eficaz a avaliação do instrumento por especialistas (Hill & Hill, 2009). Esta mesma avaliação envolve consulta de um painel de especialistas para julgar a adequação dos indicadores para representar o constructo (Oliveira et al., 2012). Para esta fase, a literatura recomenda a constituição de um painel de especialistas que pode ir de 5 a 20 elementos, sendo que a sua seleção deve ter em consideração a experiência e a qualificação dos membros desse painel (Alexandre & Coluci, 2011). Para este estudo, os critérios incluíram: ser perito na estrutura conceptual, como por exemplo, nas áreas da educação especial, dança e ter conhecimento metodológico por exemplo, na área das ciências sociais, sendo o painel selecionado constituído por seis peritos na qualidade de especialistas considerando a sua experiência na área metodológica e científica. Os mesmos foram contactados por correio electrónico e receberam uma carta explicativa sobre o objetivo do estudo (Alexandre & Coluci, 2011) e indicações para a avaliação dos instrumentos.

Tabela 2 - Constituição do painel dos especialistas na área metodológica e científica

Especialistas / Peritos	Experiência e qualificação
1 coordenador de uma Instituição que trabalha com NEES	27 anos de experiência em Educação Especial 5 anos formadora e professora de Dança com NEES
2 professoras do ensino superior	10 a 20 anos de experiência na docência
1 formadora e professora	10 a 15 anos de experiência em Educação Especial
2 investigadoras na área científica educação	15 a 20 anos de experiência em investigação em Educação Especial

Foi-lhes pedido que avaliassem os instrumentos construídos, relativamente à *especificidade*, *pertinência*, *exclusividade* e *clareza* da definição de cada categoria, numa escala de 1 a 5, com a seguinte valorização: 1- nada; 2- insuficiente; 3 - suficiente; 4 - adequado; 5 - muito adequado. Uma análise relativa à consistência das categorias, bem como à estrutura dos instrumentos construídos, optou-se por deixar um espaço no final para sugestões ou observações (Alexandre & Coluci, 2011).

Após esta avaliação foram aceites as alterações sugeridas relativamente aos questionários e todas as categorias foram mantidas, sendo clarificadas de forma detalhada, mais adiante e o instrumento foi testado. Em relação à entrevista considerou-se importante a introdução de novos observadores e especialistas da população em estudo, devido às sugestões do painel anterior ao indicarem não ter conhecimento da amostra do estudo, e considerarem as suas apreciações um pouco limitadas, por falta de

elementos de caracterização. Assim, sentimos necessidade de fazer uma validação com um painel de especialistas no trabalho regular com sujeitos com as mesmas características da amostra. Foram selecionados 6 novos peritos que integraram o painel, aos quais foi pedida avaliação e parecer sobre o guião de entrevista construído. Segundo Alexandre & Coluci (2011) também é sugerida a inclusão de pessoas potencialmente relacionadas com a população do estudo.

Tabela 3 - Constituição do painel dos especialistas na população do estudo

Especialistas / Peritos	Experiência e qualificação
1 professora de música	27 anos de experiência em Educação Especial 5 anos formadora e professora de Dança com NEES
2 terapeutas ocupacionais	11 anos de experiência em Educação Especial
1 técnica de reabilitação	15 anos de experiência
1 psicólogo	10 anos de experiência em Educação Especial
1 professora de educação especial	19 anos de experiência

Nesta segunda validação da Entrevista foram considerados os seguintes critérios: *Especificidade* relativamente ao objetivo do estudo para perceber quais os benefícios da dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down; *Pertinência* em que se pretende verificar se a categoria reflete os domínios envolvidos, se são relevantes e se são adequados para atingir os objetivos propostos. Neste critério analisa-se de fato, se cada domínio possui importância para o instrumento; *Relevância teórica* em que se visa analisar se as categorias atribuídas estão relacionadas com as perguntas; *Clareza* em que se pretende verificar se a categoria foi redigida de forma clara e se o enunciado da informação está compreensível no sentido da transmissão de conteúdo. As categorias foram avaliadas pelo painel de especialistas relativamente à *especificidade*, *pertinência*, *relevância teórica* e *clareza* da definição de cada categoria, numa escala de 1 a 5, com a seguinte valorização: 1- nada; 2- insuficiente; 3 - suficiente; 4 - adequado; 5 - muito adequado. No guião de entrevista enviado ao painel de especialistas foi deixado um espaço para sugestões ou observações (Alexandre & Coluci, 2011), tendo sido pedida uma análise relativa à consistência das categorias, bem como à estrutura dos instrumentos construídos (Anexo 3).

Nesta segunda validação optou-se pela utilização do IVC (Índice de Validade de Conteúdo) instrumento que avalia a concordância dos especialistas quanto à representatividade da medida em relação a cada pergunta (Alexandre & Coluci, 2011;

Carvalho et al., 2014). As perguntas que recebem pontuação de "1" a "3" devem ser reformuladas ou eliminadas. O cálculo que avalia o índice de validade de conteúdo é igual ao número de respostas com cotação “4” e “5” a dividir pelo número total de respostas (Alexandre & Coluci, 2011). Utilizou-se o percentual de concordância de 80% entre os especialistas como critério de decisão sobre a pertinência do instrumento (Guimarães et al., 2014). A validade do conteúdo (IVC) foi determinada por especialistas (Oliveira, 2008; Alexandre & Coluci, 2011; Carvalho, Gois Júnior, & Sá, 2014; Guimarães et al., 2014).

Validação da Entrevista

A fórmula para avaliar o IVC para cada pergunta individualmente expressa-se da seguinte forma:

$$IVC = \frac{\text{Número de respostas "3" ou "4"}}{\text{Número total de respostas}}$$

Tendo em conta os critérios estabelecidos foi calculado o IVC de cada pergunta cujo o resultado se apresenta na seguinte tabela 4.

Tabela 4 - Índice de validade de conteúdo da Entrevista

Perguntas	IVC
2	0,95
3	0,95
4	1
5	1
6	1
7	1
8	1
9	1
10	0,95
11	1
12	1
13	1

Após a avaliação feita pelo 2º painel de especialistas, foram aceites as suas sugestões.

Sendo elas, a alteração de duas das perguntas que apesar de terem tido um percentual de concordância de 0,95% (tabela4). Foram reformuladas pois tiveram cotação inferior ou igual a 3 num dos critérios e foi sugerida a introdução de duas perguntas: uma relativa a: “Em que espaços tu gostas mais de dançar: na rua? no teu quarto? em frente ao espelho?”; A outra pergunta relativa a: “Queres dizer mais alguma coisa acerca da dança?” Ambas as perguntas foram aceites e incluídas. Também se alterou a pergunta 11, pois considerou-se que a resposta estava a ser induzida uma vez que na deficiência intelectual é comum responder de acordo com a forma como a questão é colocada. Desta forma, consideraram-se as observações e sugestões dos especialistas, tendo-se corrigido os instrumentos e procedeu-se à fase da realização do treino da Entrevista (Carvalho et al., 2014). A Entrevista de treino foi feita a um sujeito com Síndrome de Down que frequenta também sessões de expressão corporal e teve a duração de vinte minutos e o entrevistado mostrou-se colaborante respondendo às 15 questões. Esta última avaliação teve como objetivo verificar se membros da população do estudo compreendem as questões e os domínios abordados (Oliveira, 2003; Pasquali, 2010; Carvalho et al., 2014) e para que o investigador treinasse a abordagem e as possíveis questões a formular. Cumpriu-se deste modo a última etapa de validação da Entrevista e procedeu-se à sua aplicação à amostra do nosso estudo.

Validade dos inquéritos por Questionário

Após a avaliação feita pelos especialistas às três versões de Questionário, foram aceites algumas correções tais como: simplificação de termos técnicos sobre a síndrome utilizado na versão a aplicar aos pais; utilização de questões mais concisas, curtas e diretas, de forma a direcionar as mesmas para o caso deste mesmo estudo; utilização de palavras simples e sintaxe simples; clareza nas modalidades de resposta para as perguntas fechadas ou de seleção; indicação do lugar onde assinalar a resposta, e por último, a existência de perguntas múltiplas. Após esta análise, foram feitas as alterações sugeridas e todas as categorias foram mantidas. Cumprida esta etapa de validação obtiveram-se os Questionários que foram testados com uma pequena amostra constituída por três pessoas (professora de dança, um técnico de reabilitação e uma mãe pessoas estas que não fazem parte da amostra do estudo). A aplicação destes instrumentos foi com o devido conhecimento e consentimento dos indivíduos. O tempo médio de aplicação do questionário foi de 15 minutos e o seu preenchimento foi

presencial. Cumpriu-se deste modo, a última etapa de validação dos questionários. Esta última avaliação teve como objetivo verificar se membros da população do estudo compreendem as questões e os domínios abordados (Oliveira, 2003; Pasquali, 2010; Carvalho et al., 2014). Após as etapas de validação procedemos à aplicação dos Questionários.

PARTE III – Apresentação, análise e discussão dos resultados

Capítulo 4 - Análise e Tratamento dos Resultados

Neste capítulo procede-se à análise dos dados e apresenta-se a análise de conteúdo da Entrevista realizada ao sujeito do estudo com Síndrome de Down e a análise dos dados obtidos a partir dos inquéritos por questionário feito à professora de dança, aos pais e aos técnicos. Para tal, procedeu-se à transcrição, interpretação e reflexão (análise qualitativa) das principais respostas e opiniões expressadas pelos diferentes inquiridos e pelo sujeito da nossa amostra do estudo, no sentido de compreender até que ponto se assemelham ou divergem relativamente às categorias selecionadas para este estudo (Anexo5).

Estruturou-se a nossa análise em quatro categorias fundamentais: 1) Desenvolvimento global; 2) Bem - estar; 3) Qualidade de vida; 4) Inclusão social, como atrás

4.1 Análise de conteúdo da Entrevista

Foi feita a transcrição cuidada da Entrevista e construí-se uma grelha que organizamos por categorias e subcategorias previamente definidas durante o processo de construção e validação dos instrumentos. Esta seleção teve o intuito de enquadrar toda a complexidade do estudo e de proporcionar uma melhor organização na análise e discussão dos resultados obtidos (Anexo 6).

Tabela 5 - Grelha de categorização da análise de conteúdo da Entrevista

Categoria de Análise	Subcategorias	Unidade de Contexto
Desenvolvimento global	Domínio Motor	[...]
	Domínio Cognitivo	[...]
	Domínio Social	[...]
	Domínio Afetivo	[...]
Bem - estar	Emocional	[...]
	Físico	[...]
Qualidade de vida	Autonomia	[...]
	Independência	[...]
Inclusão social	Interação social	[...]
	Interação cultural	[...]

Será agora analisada a primeira categoria **Desenvolvimento global** à luz das suas quatro subcategorias: domínio motor; domínio cognitivo, domínio afetivo e domínio afetivo. O Gil evidencia ao nível da subcategoria *domínio motor* grande gosto pela disciplina de Educação Física, apesar de não ser capaz de fazer todos os exercícios, revela determinação e teimosia na sua concretização, não desiste. Utiliza várias vezes a mesma expressão [...] *gosto de fazer movimentos*; [...] *gosto de tudo o tenha movimento*. Dá o exemplo do movimento de mergulhar na piscina. Refere ainda, como gosta de dançar na posição de pé, pois permite-lhe ter mais espaço para mexer os braços, transmite o quanto gosta de criar movimentos com os braços a ouvir fado em sua casa. Relativamente à subcategoria *domínio cognitivo* o Gil evidencia alguns benefícios da dança a este nível, tais como: o interesse, a criatividade e a imitação de histórias pois gosta de imitar os movimentos e as danças como fazem as personagens das histórias. Refere o seu gosto e motivação pelo teatro, pela representação e pela dramatização o que o leva a inventar falas e danças. Diz aprender tudo o que faz, nos filmes. No que respeita a subcategoria *domínio social*, o Gil manifesta gosto por ter amigos que apreciem a sua dança, os seus movimentos, compara-os com personagens das histórias. Realça a importância que tem para ele a existência de público durante a sua dança, não manifesta qualquer atitude de timidez e insegurança face à sua exposição. Refere ainda, que gosta mais de dançar acompanhado e nomeia qual é o seu par favorito. Mostra companheirismo com os seus pares e satisfação enquanto dança. Relativamente à subcategoria *domínio afetivo* revela expressividade através das expressões mencionadas: [...] *dança e o teatro ainda me fazem mais belo*; [...] *ela chama por mim, e eu vou ao palco e danço*. O Gil vive a dança de forma espontânea e evidencia o

quanto a mesma lhe dá prazer e bem estar; [...] *ser bailarino, porque sou jeitoso e giro e uma estrela que sabe brilhar no palco.*

De seguida, analisaremos a segunda categoria definida para este estudo, por ser determinante para os seus objetivos, o Bem - estar. Esta categoria encontra-se dividida nas seguintes subcategorias: *emocional* e *físico*.

Ao nível *emocional* o Gil refere nas suas respostas que a dança e a música lhe dão harmonia que é uma forma de ficar alegre, bem disposta que em certos episódios, a dança lhe transmite calma e lhe dá segurança e encorajamento; “[...]” *às vezes estou nervoso quando estou atrás do palco “[...]” mas depois mal começa a minha dança os nervos vão embora.* É notória a sua facilidade em associar sentimentos de prazer e descoberta à prática da dança; “[...]” *sou uma estrela que brilha ; eu gosto de dançar na rua. Ao ar livre, ao sol.* Relativamente à subcategoria *Físico*, o Gil apesar de revelar alguma dificuldade na execução de alguns exercícios, revela persistência na sua atitude perante os mesmos e refere que a dança lhe permite trabalhar movimentos com os braços, com a cabeça e com o resto corpo. Revela ritmo musical quando diz que gosta de dançar o fado e de fazer movimentos com os braços mostrando preferência por dançar na posição de pé.

De seguida, analisaremos a terceira categoria definida para este estudo, também determinante para os seus objetivos, a Qualidade de vida. Esta categoria encontra-se dividida nas seguintes subcategorias: *autonomia* e *independência*. Relativamente à subcategoria *autonomia* o Gil mostra facilidade na criação e na concretização dos movimentos durante as sessões da dança; [...] *é muito fácil. Eu gosto de criar, diz aprender tudo nos filmes.* Revela orientação no espaço e independência funcional durante as mesmas sessões e gosta de ter espaço para poder fazer muitos movimentos. Ao nível da subcategoria *independência* o Gil mostrou agrado pelas tarefas diárias que realiza na instituição; [...] *aqui faço muitas coisas. Tenho culinária, ginástica, coisas para pintar e recortar, nado na piscina e tenho música”.* Partilhou os seus interesses para o seu futuro, gostava de ser cabeleireira e dar aulas de dança; [...] *vou ensinar pessoas como eu e os meus colegas a dança.* O Gil através das suas respostas frisou o quanto a música e a dança o acompanha nas suas tarefas do dia a dia, tanto em casa, na rua e na escola, dando-lhe felicidade e alegria; [...] *sabes uma vez dancei num lago. Fiquei alegre e feliz.; em casa, no carro com a minha irmã estou sempre a ouvir*

música; [...] e sempre que tenho um tempinho toco viola e danço.

Por último, analisaremos a quarta categoria definida para este estudo a Inclusão social. Esta categoria encontra-se dividida nas seguintes subcategorias: *interação social* e *interação cultural*.

No que respeita à subcategoria *interação social* as unidades de registo seleccionadas indicam que a prática de dança contribui para a sua integração no CAO assim como, a sua integração no grupo. O Gil manifestou o seu agrado em integrar a instituição; [...] *gosto de ouvir música e aqui posso dançar para os outros me verem; aqui, às vezes chamam-me cusca, pois gosto de imitar toda a gente como as personagens das histórias*. Mostra respeito pelo próximo e vontade em estar e partilhar as suas danças com os pares, adiantou quais os seus pares preferidos. Partilhou também a sua preferência por dançar acompanhado e o seu gosto por dançar para o público; [...] *danço para a minha família. Eles gostam de me ver, sentem-se alegres*.

Relativamente à subcategoria *interação cultural*, as suas respostas indicam que a dança pode ajudar a melhorar a sua interação cultural pois permite-lhe trabalhar as histórias e viver os personagens, aprender e vivenciar e a dramatizar episódios culturais importantes nas histórias e a interagir culturalmente com os seus pares; [...] *estou a comer a maçã com veneno, caio no chão. Sinto o sabor do veneno*.

4.2 Análise dos resultados dos inquéritos por Questionário

4.2.1 Resultados do Questionário aplicado à professora de dança

Procedeu-se a uma análise descritiva dos dados visto ter sido aplicado a uma única amostra. A escolha deste questionário prendeu-se com o facto desta investigação ser um estudo de caso único e atendendo às características próprias do sujeito, é importante o parecer da professora de dança relativamente aos benefícios e importância que a dança, enquanto elemento promotor e dinamizador da atividade, no seu contexto próprio

Análise descritiva e inferencial da questões:

No seu entender, a prática de dança é ou pode ser considerada um fator de inclusão

social para um individuo com Síndrome de Down? Porquê?

A professora de dança considera que a dança pode ser considerada um fator de inclusão social, pois um individuo com Síndrome de Down tem habilidades físicas potenciais que outros indivíduos com síndromes diferentes, não apresentam, desde a coordenação motora, o ritmo e musicalidade.

Considera vantajoso que as sessões de dança e de expressão corporal sejam desenvolvidas em grupos inclusivos? Porquê?

Segundo a sua resposta, este individuo tem muito para ensinar nos grupos inclusivos. A sua paixão pela musicalidade e a sua libertação motora quando dança motiva o meio à sua volta, desencadeando sessões de dança únicas. Na sua opinião, existe outra grande vantagem, pois se lhe forem dados os estímulos verbais certos para a aprendizagem dos movimentos, este individuo aprende o mesmo que os outros.

Quais os domínios que mais trabalha nas sessões de dança e expressão corporal com o individuo com Síndrome de Down?

A professora considera que os domínios mais trabalhados através das suas sessões são: o domínio social, o domínio afetivo e o domínio emocional.

Na sua opinião, ao relacionar-se com o Gil, quais as características com as quais é mais difícil lidar?

São destacadas como características mais difíceis de lidar as seguintes: dificuldade relacional; atitudes de falta de iniciativa; expressão do seu temperamento; teimosia e a timidez.

Na sua opinião, ao relacionar-se com o Gil, quais as características com as quais é mais fácil lidar?

A professora de dança destaca como características mais fáceis de lidar as seguintes: Ser amigo; criativo; alegre e expressivo.

Considera que a dança tem promovido o desenvolvimento do Gil?

A sua resposta considera que a dança tem promovido o desenvolvimento do Gil com

resultados mais significativos ao nível afetivo, emocional e social.

Quais foram as evoluções mais significativas que observou no Gil, desde o início da sua participação nas aulas de dança?

A professora de dança considera que o Gil fez evoluções ao nível de todos os domínios, registando-se mais significativos em 3 deles, como já foi referido. Refere a orientação espacial e temporal, a flexibilidade e o ritmo musical como as evoluções mais significativas ao nível motor; a motivação a memória e a criatividade ao nível cognitivo. No que se refere ao nível social destaca grandes evoluções ao nível do companheirismo, da integração social da relação interpessoal. Ao nível emocional, refere a o bem estar a efetividade positiva e a expressividade como os progressos mais registados ao nível afetivo e o exteriorizar sentimentos, expressar emoções e o equilíbrio emocional como mais significativos. Por último, aponta a melhor orientação no espaço e no tempo e mais facilidade na concretização de tarefas e mais autonomia como as aquisições mais notórias ao nível da autonomia e independência com a prática da dança.

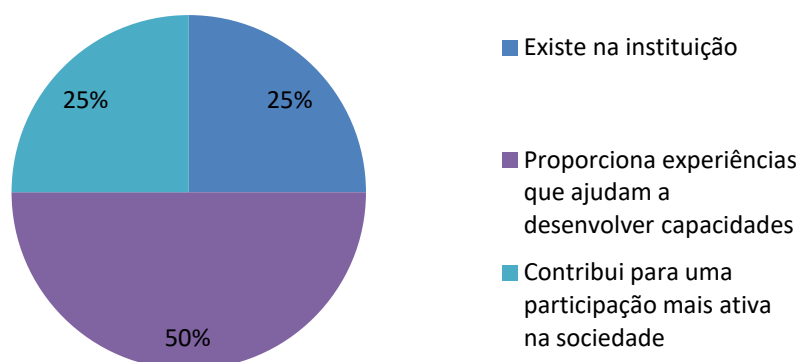
Na sua opinião, a prática de dança tem ajudado o Gil no desenvolvimento dos seguintes aspectos:

A professora de dança considera que a prática de dança têm ajudado o Gil a desenvolver a **atividade** pois estimulou o aparelho locomotor, favoreceu a mobilidade e melhorou desta forma, a saúde do corpo. No que respeita a **saúde**, ajudou a combater o sedentarismo, a inatividade promovendo e melhorando a saúde geral. Ao nível das **competências linguísticas** possibilitou a aquisição de novas competências e ajudou a exteriorizar emoções e sentimentos. Também segundo a mesma, ao nível das **capacidades cognitivas** a prática de dança possibilitou desenvolver potencialidades e melhorar e desenvolver novas capacidades. Também ao nível do **relacionamento** contribuiu para o aumento das interações positivas e melhorou o seu relacionamento com os outros. Por último, segundo o seu parecer, registam-se também progressos significativos ao nível do **equilíbrio afetivo e emocional**, pois a prática de dança promoveu o equilíbrio emocional e ajudou a desenvolver a autoestima.

4.2.2 Resultados do Questionário aplicado aos pais

Os dados apurados relativamente aos dados gerais de caracterização referem que tanto a mãe como o pai têm mais do que quarenta e seis anos. Quanto à formação académica um deles tem o 4º ano e o outro tem o 6º ano de escolaridade. Ambos responderam que o Gil frequenta as sessões de dança há menos de 1 ano.

Gráfico 1 - Análise descritiva da questão “Motivos que levaram o Gil a praticar dança” do Inquérito por Questionário realizado aos Pais.



Relativamente à questão 7 e a leitura do gráfico 1 deixa evidente que a razão pela qual os pais optaram pela dança foi pelo facto de proporcionar experiências que ajudam a desenvolver capacidades. Todavia, uma vez que existe na instituição também consideram que contribui para uma participação mais ativa na sociedade.

Na questão 8 é perguntado aos pais quais dos seis domínios: cognitivo, social, afectivo, emocional e autonomia e independência têm sido, na sua opinião, mais desenvolvidos com as sessões de dança. O valor mais alto é atribuído ao *domínio afectivo*, existindo concordância entre o pai e a mãe. Surge também o domínio motor como apontado com a mesma significância, por ambos. O *domínio afectivo* é referido pela mãe como um dos domínios mais explorado na dança.

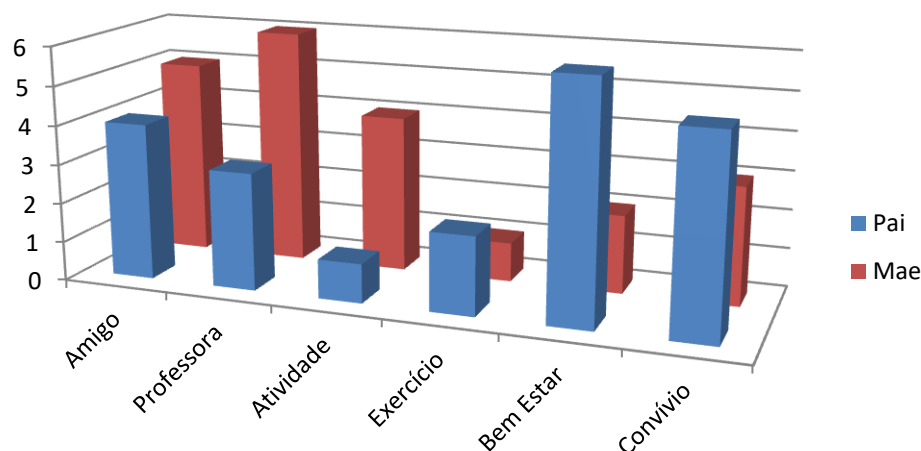
O *domínio social* também surge valorizado pelo pai. É de referir que o domínio menos nomeado pela mãe e pelo pai foi o *domínio social*, seguido da autonomia e independência. A sua resposta contradiz a opinião dada na questão 5 quando referem que um dos motivos porque escolheram as sessões de dança para o Gil foi pela sua contribuição para uma participação mais ativa na sociedade.

Ao nível do *domínio motor* os pais consideram as evoluções mais significativas a agilidade, a flexibilidade e a postura. Segundo a mãe, o ritmo musical e a força também são itens que merecem destaque com a prática de dança. Na opinião do pai a coordenação motora e o equilíbrio também têm tido evoluções significativas com a ajuda da dança.

Ao nível do *domínio cognitivo*, tanto o pai como a mãe consideram que a prática da dança ajuda o Gil em outras atividades e também ao nível da motivação. A mãe também refere evoluções ao nível da atenção da concentração e interesse. Ao nível do *domínio social* os pais como já se referiu consideram ser o domínio menos desenvolvido com a sessões de dança.

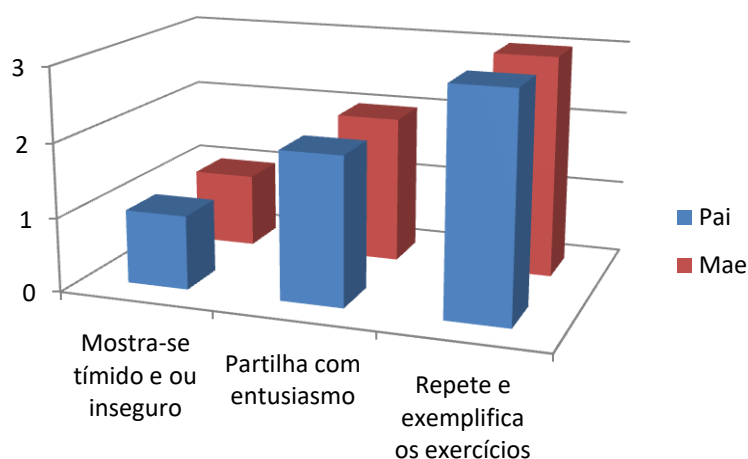
Os dois estão em concordância e nomeiam a integração social e os valores culturais como as evoluções mais significativas ao *nível social*. Também são apontadas a cooperação e o companheirismo como evoluções feitas. Ao nível do *domínio afetivo* tanto o pai como a mãe consideram que as evoluções mais significativa prendem-se com a expressividade e com o controle de impulsividade. O pai refere ainda a afetividade positiva como uma evolução no Gil que merece destaque. Ao nível do *domínio emocional* tanto o pai como a mãe atribuem o mesmo valor aos mesmos itens. Segundo os mesmos, a dança tem ajudado o Gil a expressar emoções, a exteriorizar sentimentos e a desenvolver a autoestima. O pai também considera que a dança lhe transmite equilíbrio emocional e segundo a mãe também lhe dá maior segurança. Ao nível da *autonomia* e da *independência* apesar dos pais considerarem ser um dos domínios menos desenvolvidos com a prática de dança, destacam como progressos significativos a melhor realização e concretização das tarefas e mais autonomia no seu dia a dia.

Gráfico 2 – Análise descritiva da questão: “O que é mais importante ao frequentar as sessões de dança” do inquérito por Questionário realizado aos Pais.



No que respeita à importância que os pais atribuem às sessões de dança, as suas opiniões divergem. Para o pai o bem - estar e o convívio são as razões mais importantes. Para a mãe a professora e os amigos assumem maior importância.

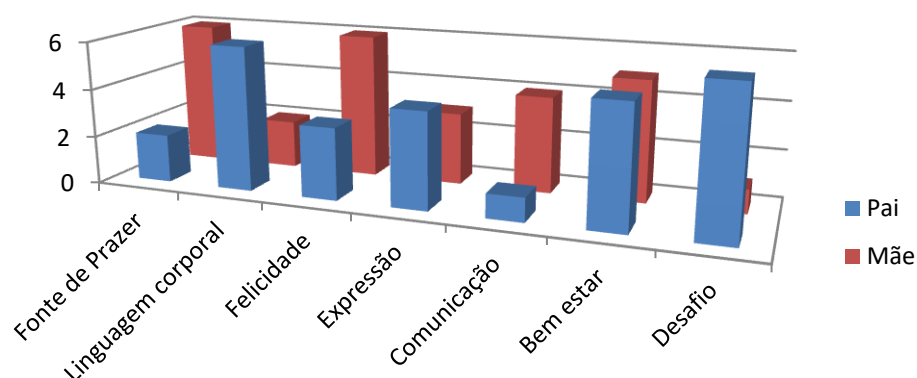
Gráfico 3 – Análise descritiva da questão: “De que forma partilha com a família o que acontece nas sessões de dança” do inquérito por Questionário realizado aos Pais.



No que respeita à forma como o Gil partilha com a família o que acontece nas sessões de dança a opinião de ambos recai sobre a mesma opção de resposta. O Gil partilha com a família o que acontece nas sessões de dança repetindo e exemplificando os exercícios, partilhando-os com entusiasmo. Segundo o seu testemunho a insegurança e a timidez

tem sido ultrapassadas progressivamente.

Gráfico 4 – Análise descritiva da questão: “Como define a dança no dia a dia do Gil” do Inquérito por Questionário realizado aos Pais.



Segundo a leitura do gráfico 4, na opinião do pai a dança é um desafio que lhe oferece bem estar e funciona como uma linguagem corporal na vida do Gil. Para a mãe a dança é uma fonte de prazer que lhe dá bem estar e felicidade .

4.2.3 Resultados do Questionário aplicado aos técnicos

Dados gerais de caracterização dos técnicos

Gráfico 5 - Caracterização: Sexo

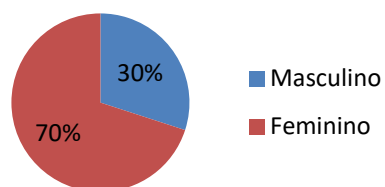


Gráfico 6 - Caracterização: Idade

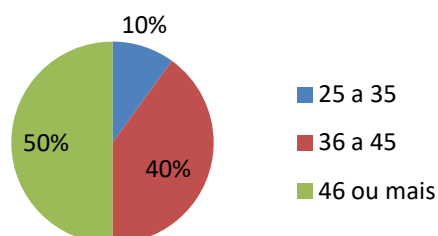


Gráfico 7 - Caracterização: Habilitações Académicas

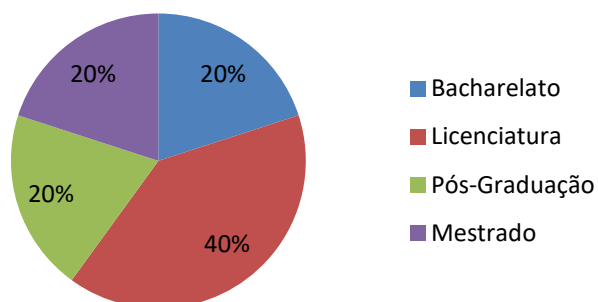
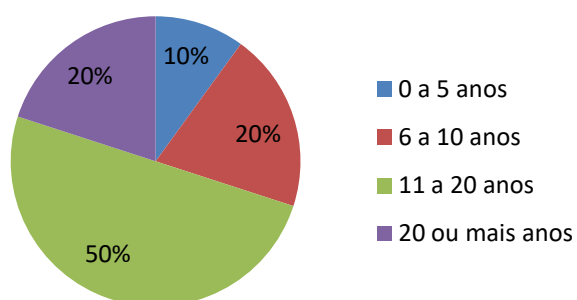
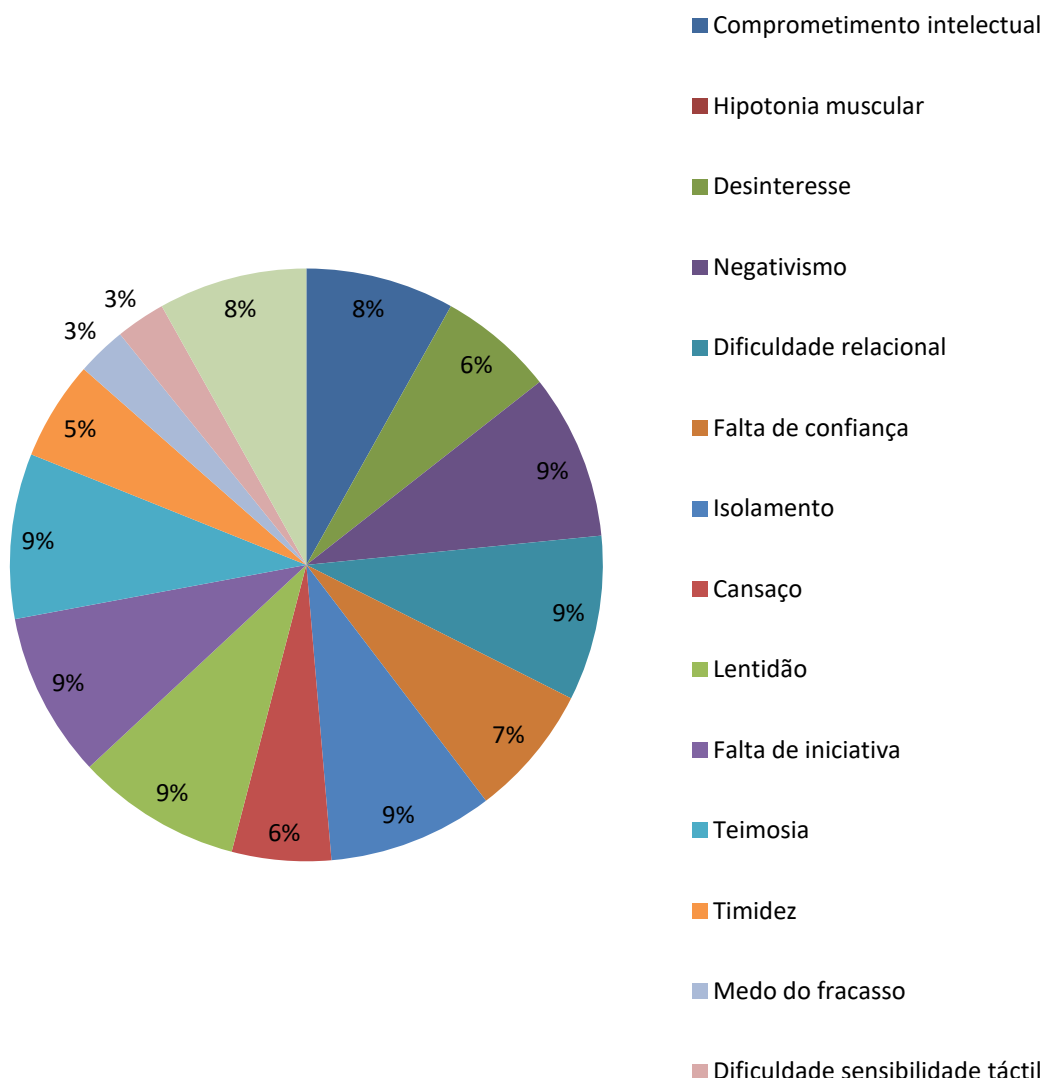


Gráfico 8 – Tempo de serviço na função atual



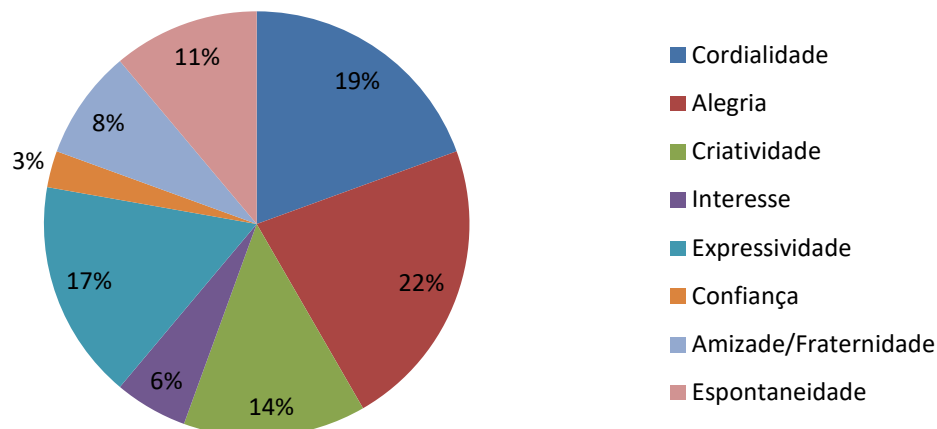
Segundo a interpretação dos dados gerais de caracterização 70% dos técnicos são do sexo feminino, tendo 50% mais do que 45 anos de idade. Quanto às habilitações académicas, todos possuem formação superior, tendo 40% licenciatura. Relativamente ao tempo de serviço na função atual, todos revelam ter experiência anterior a trabalhar com Síndrome de Down, 50% situando-se entre os 11 e os 20 anos de serviço.

Gráfico 9 – Análise descritiva da questão: “Características do Gil mais difíceis de lidar” do inquérito por Questionário realizado aos Técnicos.



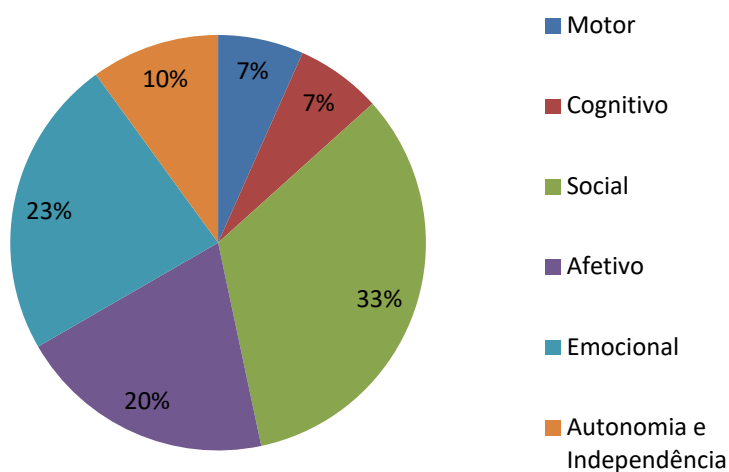
Seguindo a representação gráfica verifica-se que os técnicos se aproximam quanto à sua opinião sobre as características do Gil com as quais é mais difícil de lidar. O negativismo, a dificuldade relacional, o isolamento, a lentidão, a falta de iniciativa e a teimosia são as características mais apontadas no Gil. Após a análise dos dados existem cinco características que não foram cotadas como significativos por nenhum técnico, atendendo às características do indivíduo selecionado para este estudo. São elas: a hipotonia muscular, a recusa, a impulsividade, a percepção visual e audição.

Gráfico 10 – Análise descritiva da questão: “Características do Gil que são mais fáceis de lidar” do inquérito por Questionário realizado aos Técnicos.



Perante o gráfico 10, mais precisamente se voltarmos a atenção para a representação gráfica e para as maiores percentagens nas respostas, fica claro que as características apontadas pela maioria dos técnicos foram unânimes. Foi mencionada a alegria com 22%, a cordialidade com 19% e a expressividade com 17% como sendo as características do Gil com as quais é mais fácil de lidar. Após a análise dos dados existem quatro características que não foram cotadas como significativas, atendendo às características do indivíduo selecionado para este estudo. São elas: paciência, persistência, iniciativa e esforço.

Gráfico 11 – Análise descritiva da questão: “Contribuição da dança para o desenvolvimento do Gil” do Inquérito por Questionário realizado aos Técnicos



Perante o gráfico 11 e análise das suas respostas o nível social com 33% e o nível emocional com 23% foram referidos como aqueles que a dança tem contribuído mais significativamente para o desenvolvimento do Gil. Relativamente à análise das respostas dadas às questões 9 e 10, a totalidade dos técnicos refere que a dança pode ser considerada como um factor de inclusão social não só pela possibilidade de ser trabalhada em grupo, como também de desenvolver um sentimento de pertença ao grupo. A totalidade também considera vantajoso que a dança seja desenvolvida em grupos inclusivos, pela possibilidade de se aprender com os outros e de ser reconhecido pelos outros.

Capítulo 5 - Discussão dos resultados

Este capítulo, tem como propósito estabelecer associações no contexto de estudos já efetuados e analisados ao longo da revisão da literatura e será dedicado à discussão dos resultados obtidos neste estudo. Assim, será realizada uma síntese dos aspetos mais significativos, bem como, se irá dar resposta ao objetivo geral e específicos traçados no início deste estudo. Neste sentido, procede-se à discussão dos resultados obtidos da análise de conteúdo da Entrevista realizada ao sujeito do estudo, bem como dos resultados apurados através da aplicação dos Questionários aplicados à professora de dança, aos pais e aos técnicos. Também será analisada a informação apurada através da análise documental.

A nossa amostra é constituída por um caso único, um sujeito com Síndrome de Down que frequenta sessões de dança, cujas características morfológicas correspondem ao perfil do que se encontra descrito na literatura para este síndrome. Em relação ao seu desenvolvimento motor o Gil não apresenta algumas características físicas que são evidentes neste Síndrome, sendo elas: a flacidez muscular e a tendência para a obesidade. Todavia, em determinadas atividades diárias, apresenta uma fraca tonicidade: mais lento no andar, no vestir-se, entre outros movimentos. Os problemas psicomotores mais acentuados são os problemas de coordenação, organização prática, inércia, alterações no controlo da postura. Estas são algumas das características físicas específicas que alguns autores destacam neste síndrome (Sampedro et al.,1997; Pueschel, 1999; Skallerup, 2015).

Quanto ao seu comprometimento intelectual, enquadra-se em menor grau em alguns aspectos descritos na literatura que caracterizam o desenvolvimento de um indivíduo com Síndrome de Down, nomeadamente em relação à sua aprendizagem que se realiza mais lentamente, à falta de iniciativa e à sua atenção. Esta descrição surge referida na literatura por Tancoso & Cerro (2005), quando menciona existir nas pessoas com Síndrome de Down, em maior ou menor grau, problemas em vários processos de desenvolvimento, tais como: nos mecanismos de atenção, o estado de alerta, as atitudes de iniciativa; na expressão do seu temperamento, da sua sociabilidade; nos processos de memória a curto e a médio prazo; nos mecanismos de correlação, de análise, de cálculo e de pensamento abstracto e nos processos de linguagem expressiva. Tal como refere

Sampedro, et.al., (1997), a linguagem para as pessoas com Síndrome de Down constitui um núcleo das dificuldades sociais, uma vez que as limita nas suas possibilidades de comunicação. Os autores dizem que face às restantes áreas de desenvolvimento a linguagem tem um atraso mais acentuado, podendo existir um grande desfasamento entre os níveis compreensivo e expressivo. O Gil comunica com os outros, sendo o nível expressivo o meio mais utilizado para chegar aos colegas e para estabelecer relações com os outros.

Através da análise de conteúdo e da análise documental, podemos constatar que o Gil revela interesse e muita curiosidade pelas coisas à sua volta, grande capacidade de criar, inventar e procurar situações novas, bem como autonomia durante as tarefas. Para Skallerup (2015), as pessoas com Síndrome apresentam atrasos em diversos níveis do seu desenvolvimento na generalidade das áreas e apresentam quase sempre um certo grau de défice cognitivo, o que significa que aprendem mais devagar e têm dificuldades de entendimento e de raciocínios complexos. É defendido pela mesma que tal como existe uma variação da inteligência normal, também há uma variação do défice cognitivo, denominado em graus e algumas apresentam um nível mais significativo de défice enquanto outras possuem uma inteligência próxima do normal. O Gil apresenta um défice cognitivo ligeiro (défice cognitivo ligeiro com QI entre 55 e 70) e é referido nos seus relatórios de avaliação que apresenta um bom nível de autonomia nas atividades de vida diária e razoáveis capacidades psicomotoras.

A opinião dos técnicos evidencia as características do Gil, é realçado o negativismo, a dificuldade relacional, o isolamento, a lentidão, a falta de iniciativa e a teimosia como características mais difíceis de lidar no Gil. A dança e a prática regular de atividade física pode ajudar na mudança significativa de alguns estados psicológicos (do pessimismo ao otimismo), ocasionando bem-estar psicológico e melhorando a resistência do praticante frente a qualquer tipo de stress. A professora de dança acrescenta às já mencionadas, a expressão do seu temperamento e a timidez. Em relação às características que são mais fáceis de lidar no Gil são apontadas pelos técnicos: a cordialidade, a alegria e a expressividade e a professora de dança acrescenta a amizade e a criatividade. Estas características também surgem descritas por Cerro & Trancoso, (2005), quando referem que as pessoas com Síndrome de Down têm, de um modo geral, uma grande capacidade para as trocas sociais, sendo alegres e cordatas, embora teimosas. Verificamos através das respostas evidenciadas pelos inquiridos que o Gil

reúne características muito próprias de onde advém outras relacionadas, não só, com a sua deficiência como também, com a sua personalidade e os seus interesses. Assim como nos diz, Vinagreiro & Peixoto (2005) são maiores as diferenças do que as semelhanças nestes indivíduos, pois não são todos iguais e da mesma forma que varia a personalidade de um indivíduo normal, também variam neste Síndrome. O sujeito do nosso estudo, tem interesses que evidencia claramente: gosta de dançar, de criar e imaginar.

Seguimos com a análise e discussão dos resultados que é apresentada através das categorias selecionadas para este estudo: Desenvolvimento global, Bem-estar, Qualidade de vida e Inclusão social.

5.1 Categoria Desenvolvimento global

Na categoria desenvolvimento global incluem-se as subcategorias: domínio motor, domínio cognitivo, domínio social e domínio afetivo. Observamos que a partir da análise de conteúdo da entrevista sobressai o *domínio social* como o mais trabalhado através das sessões de dança. Segundo o Gil a sua frequência nas sessões de dança têm-no ajudado a superar a timidez e insegurança face à sua exposição perante o grande público e considera os seus amigos como o seu público preferido. Também para Vargas (2002) a dança encarada como um aspecto lúdico do movimento, pode ser reguladora de energia, fonte de prazer, de tolerância e de comunicação e pode ajudar a estruturar a personalidade, equilibrar as carências afetivas e de relacionamento social. O Gil mostra companheirismo com os seus pares e satisfação enquanto dança. Nos processos de aprendizagem elaborados na dança, as interações sociais podem ocorrer satisfatoriamente a partir da identificação entre os pares (Silva, 2015). A interação social na dança representa o momento em que as ações individuais e coletivas se organizam nas aulas de dança (Varregoso, Monteiro, Rodrigues, & Alves, 2014). Segundo informação retirada através da análise documental, inicialmente o Gil era muito tímido, não se aproximava dos pares e durante as atividades que realizava não acedia às propostas dos técnicos. Progressivamente, foi-se ligando a alguns pares e começou a aceitar propostas, embora mantivesse uma tendência para o isolamento e para se refugiar no seu imaginário.

Relativamente à opinião dos inquiridos esta é unânime quanto ao domínio mais trabalhado com a prática de dança. Tanto os técnicos como a professora de dança apontam o *domínio social* como aquele que tem sido mais desenvolvido com as sessões de dança. Para Artaxo & Mutarelli (2012) a dança é apreciada como uma forma de arte, entretenimento, atividade física e relacionamento social. A professora de dança destaca grandes evoluções ao nível do companheirismo, da integração social e da relação interpessoal. Também Assumpção (2011) e Artaxo & Mutarelli (2012) defendem que através da prática da dança poderão ocorrer melhorias em aspectos motores, aumento da auto estima, bem como da independência funcional e relação ao nível social. Ambos os inquiridos manifestam a mesma opinião relativamente à posição dos restantes domínios mais trabalhados, sendo eles: o domínio emocional e o domínio afectivo. A professora de dança refere o bem estar, a efetividade positiva e a espontaneidade como os progressos mais registados ao nível emocional e o exteriorizar sentimentos, expressar emoções e o equilíbrio emocional como mais significativos ao nível afectivo. Para Araújo (2011) e Assumpção & Macara (2011) a dança permite a expressividade e espontaneidade (o individuo sente-se mais livre), ajuda na compreensão e educação das emoções.

Segundo os pais o *domínio afectivo surge* como o mais trabalhado no Gil com a prática de dança, são nomeadas como evoluções mais significativas: a expressividade, o controlo de impulsividade e a afectividade positiva. Segundo os mesmos, a dança tem ajudado o Gil a expressar emoções, a exteriorizar sentimentos e a desenvolver a autoestima. O pai também considera que a dança lhe transmite equilíbrio emocional e segundo a mãe também lhe dá maior segurança. Mais uma vez, estudos consultados vêm confirmar as opiniões dos inquiridos, dizendo-nos que a dança ajuda a trabalhar a musicalidade e a existência de afectividade positiva (mais disposição) e o controlo de impulsividade (Artaxo & Mutarelli, 2012; Varregoso, 2014; Silva, 2015). Para Artaxo e Mutarelli (2012), para haver desenvolvimento em pessoas com Síndrome de Down através da dança, primeiro é necessário focar em afectividade, consciência corporal e estímulo do aparelho locomotor. De seguida, tanto o pai como a mãe referem o domínio motor, um dos mais desenvolvidos com a prática de dança, referem que a dança tem ajudado a melhorar o equilíbrio, a postura, a flexibilidade e o ritmo musical. A sua opinião vai ao encontro do que nos diz Silva (2015), que a dança melhora padrões motores, rítmicos, temporais, espaciais e posturais, habilidades e capacidades motoras.

Ainda no que respeita este domínio, a professora de dança refere a orientação espacial e temporal, a flexibilidade e o ritmo musical como as evoluções mais significativas ao nível motor. Segundo Cavasin (2007), o ser humano possui múltiplas habilidades físicas e a dança está relacionada, através do movimento corporal, com o seu crescimento e desenvolvimento, através da mesma desenvolve-se simultaneamente aspetos motores, emocionais e cognitivos.

Podemos confirmar através dos resultados obtidos nesta categoria que o domínio cognitivo surge na opinião dos técnicos, como o menos trabalhado no Gil com a prática da dança. Por conseguinte, segundo a professora de dança a prática da mesma tem ajudado o Gil ao nível da motivação, da memória e da criatividade. A opinião da professora leva-nos a concluir que a dança é uma atividade de interesse para o Gil, pois considerando o que nos diz Sampedro et al., (1997) e Rodrigues (2006) nas pessoas com Síndrome de Down, a informação recebida tem de captar o seu interesse e manter a motivação, pois a atenção primeiramente é suscitada e depois controlada pelo sujeito e segundo a mesma, se lhe forem dados os estímulos verbais certos para a aprendizagem dos movimentos, o Gil aprende o mesmo que os outros. Os pais evidenciam que a razão principal pela escolha da dança foi pelo facto de proporcionar experiências que ajudam a desenvolver capacidades no Gil, no entanto considerando os seis domínios também mencionam o cognitivo como um dos domínios em se notam menos progressos com a prática da dança.

5.2 Categoria: Bem - estar

Na categoria Bem-estar incluem-se as subcategorias: domínio emocional e domínio físico. Observamos através dos dados apurados que os benefícios evidenciados pelas respostas dadas pelo Gil se prendem com o *domínio emocional*. Também concluímos que o mesmo não apresenta dificuldades acentuadas ao nível domínio *físico* pois encara os exercícios como um desafio, não desiste e revela esforço e determinação pela aprendizagem e execução de novos movimentos. Menciona que a dança lhe dá prazer pois permite-lhe trabalhar movimentos com os braços, com a cabeça e com o resto corpo e que a dança e a música lhe dão harmonia, é uma forma de ficar alegre e bem disposto. Estes sentimentos aparecem descritos por Falsarella & Amorim (2008),

quando referem que a dança pode despertar a descoberta dos limites e das potencialidades individuais por meio das vivências corporais, refletindo positivamente no próprio sujeito e no seu entorno, com efeitos de melhoria na autoestima e autoconceito. Para as autoras, a dança pode ainda promover contributos ao corpo como melhor comunicação e expresso, consciencialização corporal, assim como a exploração estética do corpo em movimento, por ser uma linguagem artística que possibilita ampliar a percepção que cada um tem sobre si mesmo e sobre os outros. Também Assumpção & Macara (2011) e Monteiro (2012) e referem que o conhecimento em dança agrupa um conjunto de experiências complexas de prisma sensorial, imaginativo, crítico e social que associadas podem contribuir para as competências de transformação dos praticantes de dança. Na dança, o corpo é o instrumento de expressão e comunicação, permite trabalhar o corpo e a mente pelo prazer, sem metas quantitativas e contextos competitivos, onde as pessoas podem descobrir coisas sobre si e não formas de agradar aos outros (Varanda, 2012).

A dança transmite-lhe calma e dá-lhe segurança e encorajamento e associa a dança a sentimentos de prazer e descoberta. Estes sentimentos aparecem também descritos na literatura e dizem-nos que a dança desinibe e confere satisfação, harmonia, sensações de alegria, bom humor, divertimento e equilíbrio emocional e enriquecimento pessoal (Cavasin, 2007; Falsarela & Amorim, 2008; Mala et al., 2012). A dança pode motivar e desenvolver a auto estima, promover a socialização, aumentar o bem estar, fomentar a expressão e desencadear a arte (Varregoso, 2004, 2010; Falsarella & Amorim, 2008; Araújo, 2011; Varregoso, 2014; Koch, Kunz, Lykou & Cruz, 2014; Silva, 2015).

A análise documental vem confirmar estas mesmos resultados, visto no início ser habitual o Gil no tempo de convívio ficar sozinho, com uma expressão de assustado e desconfiado e queixar-se com frequência com dores de cabeça e de barriga. Estes sintomas aparecem descritos na literatura por Silva (2015), como sinais que jovens com Síndrome de Down evidenciam quando se encontram na fase da adolescência marcada por muitas transformações fisiológicas no corpo que repercutem em estados emocionais alterados. Para estes autores, a dança e a prática regular de atividade física pode ajudar na mudança significativa de alguns estados psicológicos (do pessimismo ao otimismo), ocasionando bem-estar psicológico e melhorando a resistência do praticante frente a qualquer tipo de stress. Também vários estudos na literatura defendem que a dança é uma excelente alternativa para o desenvolvimento das capacidades no indivíduo com

Síndrome de Down, não só como recurso terapêutico como também como recurso preventivo (Strassel, Cherkin, Steuten, Sherman & Vrijhoef, 2011; Kiepe, Stöckigt & Keil, 2012; Mala, Karkou & Meekums, 2012; Kiepe et al., 2012).

Segundo documentos consultados, neste momento, o Gil apresenta uma postura diferente, inicialmente só fazia aquilo que queria, agora, cada vez mais aceita as propostas da professora de dança e dos técnicos e parece agradado com as mesmas, pois a expressão passou de fechado e ansioso para sorridente e descontraído, dando continuidade à ação com propostas novas. Naturalmente, a sua expressão foi-se modificando e a dança ajudou-o a ficar mais tranquilo e mais receptivo. Esta sua mudança vem confirmar o que nos diz Oliveira, Zancan, Krug & Batistella (2002), quando defendem que Dançar é transmitir um certo estado de espírito, uma maneira de se ver e de ver o mundo, de sentir plenamente o corpo e utilizar-se dele para conhecer outros sentimentos e sensações. Por conseguinte, a dança, além de atividade física e movimentação corporal é mencionada como um canal de manifestação da interioridade, integrando a mente e a subjetividade ao trabalho corporal e também promove o desenvolvimento biopsicossocial, utilizando o corpo como instrumento de desenvolvimento das capacidades motora, criativa e emocional, as quais se traduzem em comportamentos de comunicação (Varregoso, 2004).

Mais uma vez a opinião dos inquiridos neste estudo é unânime quanto a esta categoria. O *nível emocional* assume a mesma significância para os técnicos como para a professora de dança, tendo sido o mais mencionado, logo após o domínio social. A professora de dança refere a equilíbrio emocional, a motivação, bem estar, a efetividade positiva, a expressividade e o desenvolvimento da auto estima, como progressos significativos no Gil ao longo das suas sessões de dança. A dança terapia surge descrita na literatura como uma valiosa ajuda no tratamento e no desenvolvimento ao nível global, através do uso do movimento psicoterapêutico para apoiar a integração cognitiva, emocional, física e social de uma pessoa (Strassel, Cherkin, Steuten, Sherman & Vrijhoef, 2011; Kiepe, Stöckigt & Keil, 2012; Mala, Karkou & Meekums, 2012; Kiepe et al., 2012).

Constatamos que as opiniões dos pais divergem quanto à importância atribuída às sessões de dança. Na opinião do pai a dança é um desafio que lhe oferece bem estar e funciona como uma linguagem corporal na vida do Gil. Assim como nos refere Varregoso (2014), a dança entre outras atividades humanas pode reunir atividade corporal e atividade artística, podendo a sua de prática, resultar numa vivência de grande bem-estar. Por conseguinte, a dança também é encarada como prática de educação física e recomendada para diminuir os fatores de risco de doenças cardiovasculares, dos distúrbios do aparelho locomotor e até mesmo de depressão e ansiedade, condições que muitas vezes afetam os indivíduos com Síndrome de Down (Mala, Karkou & Meekums, 2012).

Por sua vez, a dança expressiva também pode ter influência em indivíduos com Síndrome e Down pois melhora a coordenação, a lateralidade, conscientização corporal, desenvolvendo a expressividade criando-se uma linguagem de comunicação (Flores & Bankoff, 2010). Segundo a mãe a dança é uma fonte de prazer que lhe dá bem estar e felicidade. A dança implica exercitação e recreação que melhoram o bem-estar (Varregoso, 2014; Varregoso, Machado & Barroso, 2016).

5.3 Categoria: Qualidade de vida

Na categoria Qualidade de vida incluem-se as subcategorias: autonomia e independência. Observamos a partir dos resultados obtidos que a prática de dança ajudou no seu desenvolvimento. Relativamente à subcategoria *autonomia* o Gil evidencia alguns benefícios das sessões de dança nomeadamente, na concretização das tarefas diárias, resolve melhor situações diárias e revela orientação no espaço e independência funcional perante as suas rotinas diárias. Também Monteiro (2012) e Assumpção & Macara (2011) referem que o conhecimento em dança agrupa um conjunto de experiências complexas de prisma sensorial, imaginativo, crítico e social que associadas podem contribuir para as competências de transformação dos praticantes de dança.

Ao nível da subcategoria *independência* o Gil mostrou agrado pelas tarefas diárias que realiza na instituição e revela mais independência funcional nas mesmas.

Podemos constatar através do gráfico 11 no Questionário dos técnicos que estes apontam a *autonomia* e *independência* como um dos 6 domínios menos desenvolvido com a contribuição da dança. Os pais apesar de partilharem da mesma opinião destacam como progressos significativos a melhor realização e concretização das tarefas e mais autonomia no seu dia a dia. Estes resultados vêm reforçar a literatura quando nos diz que a dança permite o envolvimento e a participação de todos, permite vivenciar, exprimir e pensar individualmente o próprio movimento, fomenta a criação e agir com autonomia (Oliveira, Zancan, Krug & Batistella, 2002). A dança pode ser considerada uma potência altamente significativa de símbolos que utiliza (em termos de movimento, espaço e tempo) no desenvolvimento de faculdades cognitivas, físicas e afetivas no indivíduo com Síndrome de Down (Artaxo & Mutarelli, 2012; Karpatis, Giacosa, Foster, Penhune & Hyde, 2015). A professora de dança aponta a melhor orientação no espaço e no tempo, maior facilidade na concretização de tarefas durante as suas sessões e mais autonomia, como aquisições mais notórias com a prática da dança. Segundo Falsarella & Amorim (2008), a participação dos jovens adolescentes em grupos de dança pode trazer muitos benefícios para o corpo, tais como: avanços no desenvolvimento psicomotor, melhor condicionamento físico e desenvolvimento de hábitos saudáveis com o corpo.

Segundo informações recolhidas através da análise documental inicialmente, o Gil tinha dificuldade em controlar emoções e impulsos, em agir de maneira independente nas ações sociais e em agir de acordo com as regras e convenções sociais. Pouco a pouco, este começou a apropriar-se de regras e rotinas institucionais, a reagir e a responder de forma mais pronta e a apresentar as tarefas por etapas de forma a serem mais facilmente memorizáveis. O medo do desconhecido, da mudança de espaço, de novas rotinas, pessoas foi ultrapassado revelando mais segurança e menos ansiedade. Deste modo, confirmamos que a dança pode oferecer aos praticantes diversos significados, tais como: crescimento, satisfação, positivismo, novas sensações, emoções e segurança para superar sentimentos de falta de confiança, medo, vergonha dos outros e baixa estima. Tal como refere Bertine (2014), esse novo referencial pode-se tornar um eficiente instrumento de suporte emocional para eliminação do sofrimento causado pelo estigma social.

5.4 Categoria: Inclusão social

Na categoria Inclusão social incluem-se as subcategorias: interação social e interação cultural. Observamos a partir dos resultados obtidos que a prática de dança ajudou no seu desenvolvimento. Através dos dados obtidos através da entrevista o Gil evidencia que gosta de frequentar a instituição porque tem amigos e porque neste espaço pode ouvir música e pode ser visto a dançar. Transmite vontade de socializar com os pares, de partilhar as suas danças com os mesmos e o gosto em representar histórias com muitas personagens. Segundo Varregoso et al. (2014), a dança permite-nos ligar com a nossa corporalidade, é uma forma de expormos o que na sociedade, na cultura, é desvalorizado e muitas vezes negado. Segundo os mesmos, ao ter de agir, reagir e interagir com todos os que dançam, vai surgindo um sentimento de união com a dança e um sentimento de solidariedade com o grupo. Ao aprender em conjunto desenvolve-se um sentimento de igualdade de oportunidades e de confiança em si próprio e, ao mesmo tempo, de individualidade. Em termos gerais, nela encontram um espaço de ação mais ou menos formal, de liberdade, de partilha, de conhecimento e aprendizagem, de diversidade, de paixões, de convívio, de divertimento, de esperança, bem-estar e de inclusão (Varregoso, Monteiro, Rodrigues, & Alves, 2014). Através da prática de dança poderão ocorrer melhorias em aspetos motores, aumento da auto estima, bem como, da independência funcional e relação a nível social (Artaxo & Mutarelli 2012; Silva, 2015). A dança é vista como um meio de tornar os indivíduos independentes e atuantes na comunidade, incentiva-os a enfrentar barreiras e a romper preconceitos. A sua opinião vai ao encontro do que é referido na literatura, mais propriamente ao nível cognitivo a dança permite-lhe o seu conhecimento e compreensão, permite a melhoria da capacidade criativa através da exploração dos movimentos do corpo, o desenvolvimento do sentido estético, maior facilidade na resolução de problemas, o conhecimento de diferentes culturas e seus traços, entre outros (Varregoso, 2004; Araújo, 2011; Machado, 2011).

A professora de dança considera que ao nível do relacionamento as sessões de dança contribuíram para o aumento das interações positivas e melhoraram o seu relacionamento com os outros. Segundo a mesma, este indivíduo tem muito para ensinar nos grupos inclusivos. A sua paixão pela musicalidade e a sua libertação motora quando dança motiva o meio à sua volta, desencadeando sessões de dança únicas. Também

Cavasin (2007), considera que a dança melhora valores mentais através da concentração e do raciocínio na fixação das sequências coreográficas. Na sua opinião, existe outra grande vantagem, pois se lhe forem dados os estímulos verbais certos para a aprendizagem dos movimentos, este indivíduo aprende o mesmo que os outros. Através da linguagem que a dança representa cada indivíduo exprime o seu mundo interior e encontra forma de se relacionar com as outras pessoas (Varregoso et al., 2014). A professora considera ainda que a dança pode ser um fator de inclusão social, pois um indivíduo com Síndrome de Down tem habilidades físicas potenciais que outros indivíduos com síndromes diferentes, não apresentam, desde a coordenação motora, o ritmo e musicalidade. Também Antunes (2013) adianta que para as crianças com alguma deficiência, o convívio com outras crianças pode facilitar o desenvolvimento e a aprendizagem, o que favorece a formação de vínculos afetivos e sociais entre as mesmas.

Relativamente à importância que os pais atribuem às sessões de dança para o dia a dia do Gil, ambos valorizam razões de foro social, o convívio e os amigos e foi mencionada como uma das maiores razões quando questionados sobre os motivos que os levaram a escolher a prática de dança, a contribuição para uma participação mais ativa na sociedade. Segundo Silva (2015), o desenvolvimento de diferentes aspectos através da arte da dança ocorre, pois a dança ajuda a desenvolver a personalidade de maneira equilibrada, propicia a aquisição de conhecimento, conceitualização, entendimento e aceitação própria do indivíduo.

A totalidade dos técnicos diz-nos que a dança pode ser considerada como um factor de inclusão social não só pela possibilidade de ser trabalhada em grupo, como também de desenvolver um sentimento de pertença ao grupo. A totalidade também considera vantajoso que a dança seja desenvolvida em grupos inclusivos, pela possibilidade de se aprender com os outros e de ser reconhecido pelos outros. Este parecer vai ao encontro do que nos diz a literatura, a dança torna-se um meio de ocupação positiva do tempo de lazer, contribuindo para a interação social, bem-estar individual e coletivo (Varregoso, Monteiro, Rodrigues, & Alves, 2014). Para Silva (2015), a dança inclusiva é entendida como um meio de impulsionar o desenvolvimento integral dos participantes, na medida em que valoriza as diferenças e o desenvolvimento das potencialidades e permite aos praticantes com ou sem deficiência ter outros referenciais e uma percepção sobre o processo de exclusão e inclusão social na sociedade atual.

Os resultados obtidos podem ser reforçados através da informação recolhida através da análise documental que nos diz que neste momento, o Gil apresenta um imaginário rico que lhe permite ser um elemento muito interessante no seio de um grupo e apesar de inicialmente só fazer aquilo que queria, cada vez mais aceita as propostas dos técnicos e parece agradado com as mesmas, pois a expressão passou de fechado e ansioso para sorridente e descontraído, dando continuidade à ação com propostas novas. A dança é propulsora de sensações e sentimentos, produtos da capacidade de ser afetado e afetar pelas interações e aprendizagens ocorridas nas sessões de dança, passa-se a respeitar o tempo de aprendizagem um do outro (Silva, 2015). Apesar da tendência para o isolamento tem revelado cada vez maior desejo em estar com os outros e parece ser com eles que se sente realmente melhor. Assim como nos diz Freire (2015), a dança como atividade participativa e inclusiva permite desenvolver entre outros aspetos um sentido coletivo, de pertença de grupo, uma ideia de conexão e de coesão com outras pessoas e culturas, sem limites ou limitações (Freire, 2015).

CONCLUSÕES

O objetivo desta investigação constituiu-se por perceber no âmbito de um estudo de caso, quais os benefícios e qual a importância que a dança tem, especificamente, ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down. Tratando-se de um estudo de caso, a generalização dos resultados está, à partida, inviabilizada. Quando se estuda um “caso” procura-se compreender os múltiplos fatores da sua realidade, intransferível para outros casos. Ainda assim, as conclusões de um estudo, seja sobre um indivíduo ou sobre uma população, permitem sempre ampliar o conhecimento sobre o objeto em análise.

O nosso estudo propôs-se responder à seguinte questão orientadora: Quais os benefícios e qual a importância que a dança tem especificamente, ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down? Para esta pergunta foram definidos o objetivo geral (norteador) e os respetivos objetivos específicos que a seguir abordamos.

Relativamente ao primeiro objetivo específico do presente estudo: **Apurar quais os benefícios específicos da dança no desenvolvimento integral do indivíduo com Síndrome de Down – Gil evidenciados: pelo indivíduo; pelos pais; pelos técnicos; e pela professora de dança, este foi atingido**, uma vez que os resultados obtidos permitiram inferir quais os benefícios evidenciados por todos os intervenientes do estudo. O Gil evidencia como domínios teóricos, o *domínio social* e o *domínio emocional* como os mais trabalhados ao nível do seu desenvolvimento integral.

Relativamente à professora de dança, concluímos que a dança ajudou a melhorar significativamente o desenvolvimento do indivíduo nos *domínios social afetivo e emocional*. Foram vários os contributos mencionados, que segundo o parecer da mesma estão relacionados com a sua frequência nas sessões de dança. Realçamos o companheirismo, a integração social e a relação interpessoal, como as mais notórias ao longo do ano. A sua atitude foi-se modificando refletindo-se na sua relação com os outros. Destacamos o equilíbrio emocional, a motivação, o bem estar e a efetividade positiva como mudanças notórias na sua forma de estar, durante as mesmas sessões. A expressividade, a exteriorização de sentimentos e emoções e o desenvolvimento da auto estima são apontados também pela professora, como aspetos positivos que contribuíram para melhorar o seu temperamento e atitude perante as atividades.

Consideramos agora a opinião dos pais relativamente aos benefícios evidenciados com a prática de dança. A sua opinião é unânime, ambos referem o nível do *domínio afectivo* como aquele que notaram evoluções mais significativas, nomeadamente na expressividade e no controle de impulsividade. Na opinião dos técnicos os benefícios observáveis foram maioritariamente ao *nível emocional e social*. A sua postura mudou, começou a aceitar as propostas dos técnicos, a expressão passou de fechado e ansioso para sorridente e descontraído. A tendência para o isolamento que revelava inicialmente diminui gradualmente e revela cada vez maior desejo em estar com os outros a dançar, a inventar e a representar. Está mais integrado na sua rotina e na dinâmica da Instituição.

Segundo os técnicos, será difícil concluir que os progressos feitos ao nível motor sejam só resultado da sua frequência nas sessões de dança, uma vez que são várias as áreas que fazem parte do seu programa que trabalham o domínio físico, tais como, a hidroginástica e a expressão corporal. Daí que o domínio motor seja na sua opinião, apontado como aquele que não evidencia grandes evoluções com a prática de dança. Para se apurar estas mesmas conclusões teria de se recorrer a escalas comparativas de exercícios específicos.

Quanto ao segundo objectivo específico definido para este estudo: **Perceber, especificamente, qual a importância da dança ao nível do desenvolvimento integral do individuo com Síndrome de Down - Gil, atribuída pelos diferentes intervenientes no estudo**, podemos afirmar que, efetivamente, a prática de dança assumiu uma importância significativa ao nível do desenvolvimento integral do Gil. Segundo o mesmo, a prática de dança tem-no ajudado a descobrir e a desenvolver potencialidades que têm contribuído para estar de uma forma mais próxima dos colegas, da professora de dança, dos técnicos, da família e do grupo enquanto instituição no geral.

Segundo a professora de dança, a dança assumiu grande importância nos seus dias, pois contribuiu para melhorar o seu bem-estar emocional e proporcionar-lhe qualidade de vida. A dança dá-lhe prazer, satisfação, harmonia, sensações de alegria, bom humor e divertimento e fá-lo brilhar, ser uma estrela.

Segundo os pais, ambos atribuem às sessões de dança algumas das mudanças positivas observáveis, pois tudo o que envolve dança modifica a expressão do Gil. Notaram-se mudanças na sua disposição para o diálogo, na sua atitude geral com a família e melhorou o seu bem-estar no geral.

Na opinião dos técnicos constatamos que a dança assumiu grande importância ao nível do desenvolvimento integral do Gil pois contribuiu em muito, para a sua integração na dinâmica da Instituição e na rotina do centro de atividades ocupacionais. Desta forma conclui-se que o segundo objetivo foi alcançado.

Quanto ao terceiro=objetivo específico definido para este estudo: **Confirmar se a dança foi considerada, pelos intervenientes no estudo, uma ferramenta que melhorou o desenvolvimento integral do individuo com Síndrome de Down – Gil**, podemos concluir que foi alcançado uma vez que todos os intervenientes do estudo confirmaram que, de algum modo, a dança foi uma ferramenta que melhorou o desenvolvimento integral do Gil e apontam como principais progressos as relações interpessoais e a sua atitude perante as atividades que desenvolve na instituição.

Estes objetivos específicos contribuíram para atingir o objetivo geral e principal desta investigação que foi o de perceber *Quais os benefícios e qual a importância que a dança tem, especificamente, ao nível do desenvolvimento integral de um individuo com Síndrome de Down?*

A totalidade dos inquiridos considerou a prática de dança como um factor de inclusão social, não só pela possibilidade de ser trabalhada em grupo, como também de desenvolver um sentimento de pertença ao grupo. Segundo os mesmos, é vantajoso que a dança seja desenvolvida em grupos inclusivos, pela possibilidade de se aprender com os outros e de ser reconhecido pelos outros. Desta forma, este objetivo foi atingido, pois conclui-se que a dança trouxe benefícios ao nível do desenvolvimento integral do Gil, nomeadamente ao nível dos domínios afetivo, emocional e social. Também assumiu grande importância nos seus dias, pois não só contribuiu para a melhoria da sua qualidade de vida e bem-estar, como também, promoveu a sua inclusão na Instituição.

Contudo, e apesar de todos terem evidenciado que a dança assumiu importância no desenvolvimento do sujeito deste estudo, torna-se pertinente deixar algumas recomendações que poderão servir de base a futuros estudos nesta área de investigação. Aproveitando a opinião dos inquiridos face à prática de dança em grupos inclusivos, sugere-se a realização de outros estudos de caso que possam vir a comprovar os presentes resultados ou a evidenciar outros contributos em pessoas com Síndrome de Down. Depois, seria interessante também ainda numa lógica qualitativa, utilizar-se o diário de bordo como instrumento e através do recurso à escrita apurarem-se novas

explicações e interpretações sobre a ação cotidiana. Achamos que seria interessante também fazer a entrevista à professora de dança (em substituição/para além do inquérito por questionário), poderia dar-nos informação mais fidedigna sobre a prática de dança no seu contexto real.

Concluímos com o nosso estudo que a oportunidade de educação foi um fator decisivo que influenciou o desenvolvimento do indivíduo com Síndrome de Down - Gil, no que respeita à existência das sessões de dança como área a integrada no seu programa individual e à promoção da sua vida social na Instituição. Os benefícios apurados foram fruto do reconhecimento de um ser humano entendido num processo que requer experiência social desde os primeiros anos de vida, onde o seu desenvolvimento é influenciado pelo mundo que a rodeia, bem como, pelas oportunidades que lhe são oferecidas.

BIBLIOGRAFIA

- Aires, L. (2015). *Paradigma qualitativo*. Universidade Aberta. 1ª Edição.
- Alexandre, N., & Coluci, M. (2011). Validade de conteúdo nos processos de construção e adaptação de instrumentos de medidas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 16, 3061–3068.
- Alves, F., & Gil, F. (2012). Proposta Metodológica de Dança para crianças com deficiência intelectual. *Conexões: Revista da Faculdade de Educação Física da Unicamp*, 10(3), pp.101–112.
- Amoedo, H. (2004). Dança Inclusiva em Contexto Artístico: Análise de duas companhias. *Revista Estudos de Dança*, 7/8. Jan-Dez.
- Antunes, A.; Carolina, S., & Araújo, L. (2013). A Dança como factor de desenvolvimento pessoal e de inclusão: percepções de um grupo de Dança Inclusiva. *Revista Portuguesa de Educação artística*. Universidade da Madeira. pp.33-45.
- Araújo, C., Lopes, J., Nogueira, L., & Pinto, R. (2008). *Estudo de Caso*, 25. Consultado a 16 de maio 2016. Disponível em: <http://doi.org/10.1590/S0034-76122008000200011>
- Aranha, A.; Gonçalves, F. (2007). *Métodos de análise de conteúdo*. Vila Real: Serviços gráficos da Universidade de Trás os Montes e Alto Douro (UTAD).
- Artaxo, M. I., & Mutarelli, M. C. (2012). Benefícios da dança em portadores de Síndrome de Down. *Revista de Psicologia*. Vol.14, nº 20, pp.37–47.
- Assumpção, V. & Macara, A. (2011). *Dança Inclusiva: Reflexos do processo de exclusão e inclusão social*. In S. Pimentel Caldeira (Org.), *III Seminário e mostra nacional de dança teatro* (pp. 86-95). Voçosa: Caminhos da Dança.
- Bautista, R. (coord) (1997). *Necessidades Educativas Especiais*. Lisboa: Dinalivro.
- Bardin, L. (2006). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Batalha, A. P. (2004). *Metodologia do ensino da dança*. Lisboa: FMH Edições. ISBN 972-735-107-7.
- Bell, J. (1997). *Como realizar um projecto de investigação*. Um guia para a pesquisa em ciências sociais e da educação. Trajetos. Gradiva.
- Bertine, F. (2014). Sofrimento ético-político: Uma análise do estado da arte. *Revista de Psicologia e Sociedade*. Vol.26, nº2, pp.60-69.
- Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em Educação – Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.
- Boutin, G. & Giyette, G. (1990). *Investigação qualitativa. Fundamentos e práticas*. Instituto Piaget. Epistemologia e Sociedade.
- Bräuninger, I. (2012). The efficacy of dance movement therapy group on improvement of quality of life: A randomized controlled trial. *The Arts in Psychotherapy*.

- Burguess, R. (1997). *A Pesquisa de terreno. Uma introdução*. Celta Editora.
- Cali, A. M. G., & Caprio, S. (2008). Obesity in children and adolescents. *The Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*, 93(11 Suppl 1), S31–6.
- Canhoto, D.(2008). Análise da marcha de um adolescente Síndrome de Down dançarino comparado a um sedentário. In: *XII Encontro Latino Americano de Iniciação Científica e VII Encontro Latino Americano de Pós Graduação*. Universidade do vale do Paraíba. Brasil.
- Carvalho, K., Gois, M., & Sá, K. (2014).Tradução e validação do Quebec User Evaluation of Satisfaction with Assistive Technology (QUEST 2.0) para o idioma português do Brasil. *Revista Brasileira de Reumatologia*, 54(4), pp.260–267.
- Cavasin, C. (2007). A Dança na aprendizagem. *Associação Educacional Leonardo Da Vinci. Pós-Graduação em Educação Física*. 03, pp.1–8. Disponível em <http://www.icpg.com.br/artigos/rev03-01.pdf>
- Coutinho, C. (2014). *Metodologia de investigação em Ciências Sociais e Humanas* (2^a ed.). Coimbra: Almedina.
- Correia, L. (2005). *Inclusão e Necessidades Educativas Especiais*. Um guia para educadores e professores. Coleção Necessidades Educativas Especiais. 2^a edição. Porto Editora.
- Damasceno, L. (2014). *Sensorialidade e criação em dança*. Seminário Dança Teatro Educação: Invenções do Ensino da Arte (p.75-93). Fortaleza: Expressão Gráfica.
- Dellagnelo, E. H. L., & Silva, R. C. (2005). *Análise de conteúdo e sua aplicação em pesquisa na administração*. In M. M. F. Vieira & D. M. Zovain (Orgs.), *Pesquisa qualitativa em administração: teoria e prática* (p. 97-118). São Paulo: FGV.
- Dias, M. (1999). *Métodos e técnicas de estudo e elaboração de trabalhos científicos*. Minerva. Coimbra.
- Dias, M. (2010). *O Vocabulário do desenho de investigação. A Lógica do processo em Ciências Sociais*. Minerva. Coimbra.
- Earhart, G. (2009). Dance as therapy for individuals with Parkinson disease. *European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine*, 45(2), pp.231–238.
- Eloisa, A., & Carvalho, C. (2015). Práticas de intervenção precoce: *estudo de caso de uma criança em risco com atraso global do desenvolvimento*. *Dissertação de Mestrado* Programa de Pós Graduação em Educação. Universidade Portucalense.
- Falsarella A. P., & Amorim D. B. (2008). A importância da dança no desenvolvimento psicomotor de crianças e adolescentes. *Conexões*, v.6 (Ed. especial), pp.306-317.
- Falkenbach, A. (Org) (2010). *Inclusão. Perspectivas para as áreas da Educação Física, saúde e educação*. Editora Fontoura.
- Fazenda, I. (2000). *Metodologia da pesquisa educacional*. São Paulo: Cortez.
- Fortin, M. (2009). *Fundamentos e etapas do processo de Investigação*. Loures: Lusodidacta.

- Flores M.; Bankoff, A. (2010). Influência da dança expressiva sobre o equilíbrio corporal em portadores com Síndrome de down. *Conexões*, v.8, nº3, 35-46.
- Flick, U. (2005). *Métodos qualitativos na investigação científica*. Edições Monitor. 1ª Edição. Lisboa.
- Flick, U. (2009). *Introdução à pesquisa qualitativa* (3a ed., J. E. Costa, Trad.). São Paulo: Artmed.
- Franca, A. V., & Boff, S. (2008). A Influência da Dança no desenvolvimento da coordenação motora em crianças com Síndrome de Down. *Revista Da Faculdade de Educação Física*. nº6, 144-154.
- Freire, C. (2015). *Livro de Atas da III Conferência Internacional para a Inclusão*. Includit. Instituto Politécnico de Leiria.
- Fux, M. (2005). *Depois da queda... Dançaterapia*. Summus Editorial.
- Gil, A. (1999). *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social*. 5ªEd.. São Paulo: Editora Atlas.
- González, E. (2007). *Necessidades educacionais específicas - Intervenção psicoeducacional*. Porto Alegre: Artmed.
- Guimarães, F.; Luís, A.; Faria, R.; Marlena, L., & Pagliuca, F. (2014). *Elaboração e validação de instrumento de avaliação de tecnologia assistiva*. 17(2), 302–311.
- Gundersen, K. (2001). *Bebés com Síndrome de Down: Guia para pais*. Lisboa: Editora Bertrand.
- Grillo, D., Souza, J., Souza, A., & Campanelli, J. (2014). Síndrome de Down: conhecendo a percepção dos pais sobre a atuação de profissionais de educação física. Down Syndrome: Knowing the perception concerning physical education professionals. *Cadernos de Pós Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento*, São Paulo, v.14, nº1, 32–40. ISSN 1809-4139.
- Hanna, J. L. (2008). A nonverbal language for imagining and learning: Dance education in K-12 curriculum. *Education Research*, 37(8), 491-506.
- Hill, M. & Hill, A. (2009). *Investigação por Questionário*. Edições Silabo: Lisboa.
- Johson, K. (2015). *Red Flags for elementary teachers: vision and neuro developmental issues that interfere with reading and what to do about them*. Aurora, CO: Trendil Press.
- Kaufman, K. (2006). *Inclusive creative movement and Dance*, Champaign, IL: Human Kinetics.
- Karpati, F.; Giacosa, C.; Foster, N.; Penhune, V., & Hyde, K. (2015). Dance and the brain: a review. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1337(1), 140–146. Consultado em 23 abril, 2016. Disponível em <http://doi.org/10.1111/nyas.12632>
- Kiepe, M.; Stöckigt, B., & Keil, T. (2012). Effects of dance therapy and ballroom dances on physical and mental illnesses: a systematic review. *Arts in Psychotherapy*, 39(5), 404–411. Consultado em 18 maio, 2016. Disponível em <http://doi.org/10.1016/j.aip.2012.06.001>
- Koch, S., Kunz, T., Lykou, S., & Cruz, R. (2014). Effects of dance movement therapy and dance on health-related psychological outcomes: A meta-analysis. *Arts in Psychotherapy*,

- 41(1), 46–64. (Consultado em 22 maio, 2016. Disponível em <http://doi.org/10.1016/j.aip.2013.10.004>)
- Latash, W., & Ulrich, D. (2008). What is currently known about hypotonia, motor skill development, and physical activity in Down Syndrome. *Down Syndrome Research and Practice*. (Consultado em 14 março, 2016. Disponível em <http://doi.org/10.3104/reviews.2074>)
- Leitão, F. (2000). *A Intervenção Precoce em crianças com Síndrome de Down*. Estudos sobre Interação. Porto: Porto Editora.
- Leite, M. (2005). *A actividade física e o desenvolvimento psicomotor de um individuo com Síndrome de Down em regime inclusivo*. Monografia de Licenciatura em Desporto de Reeducação e Reabilitação. Faculdade de Ciências do Desporto e de educação Física. Universidade do Porto.
- Levy, F. (2004). *Dance movement therapy: A healing art*. Revised edition. Reston, VA: Shape America.
- Lima, A. (2010). *Dança para Síndrome de Down: uma análise dos benefícios da dança para portadores de Síndrome de Down*. (Dissertação de Mestrado não editada, Curso de Graduação em Educação e Promoção da Saúde). Universidade de Brasília. Brasília: São Paulo.
- Machado, J., & Liberali, R. (2011). Fatores motivacionais em adolescentes para a prática da dança na escola. *Revista de Psicologia*, 14(21), 77-89.
- Mala, A., Karkou, V., & Meekums, B. (2012). Dance/Movement therapy (D/MT) for depression: A scoping review. *The Arts in Psychotherapy*, 39(4), 287–295. (Consultado em 18 março, 2016. Disponível em <http://doi.org/10.1016/j.aip.2012.04.002>)
- Martinho, L. (2011). *Comunicação e linguagem na Síndrome de Down*. Dissertação de Mestrado. Escola Superior de Educação Almeida Garret.
- Mattos, P. L. C. L. (2006). *Análise de entrevistas não estruturadas: da formalização à pragmática da linguagem*. In C. K. Godoi, R. Bandeira-de-Mello, & A. B. Silva (Orgs.), *Pesquisa qualitativa em estudos organizacionais: paradigmas, estratégias e métodos*. São Paulo: Saraiva.
- Miller, J. (2012). *Qual é o corpo que dança? Dança e educação somática para adultos e crianças*. São Paulo: Summus.
- Monteiro, E. (2011). “Brincar” à dança. In Monteiro, E., & Alves, M., (Eds.), *Seminário Internacional Descobrimo a Dança/Descobrimo através da Dança* (197-209). Cruz Quebrada: FMH.
- Monteiro, E. (2012). *Ensino-aprendizagem da dança – Que desafios?* In Ana M., Ana Paula Batalha, A., & Mortari, K., (Eds.), *Conferência Internacional 2012 Corpos (Im) Perfeitos na Performance Contemporânea* (96-103). Cruz Quebrada: FMH.

- Morato, P. (1995). *Deficiência mental e aprendizagem. Um estudo sobre a cognição espacial de crianças com Trissomia 21*. Lisboa: Secretariado Nacional para a Reabilitação e Integração de Pessoas com Deficiência.
- Mortari, K. (2013). *A compreensão do corpo na dança: Um olhar para a contemporaneidade*. Tese doutorado em Motricidade Humana. Universidade de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana.
- Mozzato, A. R., & Grzybovski, D. (2011). Análise de conteúdo como técnica de análise de dados qualitativos no campo da administração: potencial e desafios. *Revista de Administração Contemporânea*, 15(4), 731-747.
- Nações unidas [UN](1994). Resolução das Nações Unidas. Declaração de Salamanca sobre Princípios, Políticas e Práticas na Área das Necessidades Educativas Especiais. Disponível em <http://scholar.google.com/scholar>.
- Oliveira, D.; Walter, S. & Bach, T. (2012). Critérios de validade em pesquisas em estratégia: uma análise em artigos publicados no EnAnpad de 1997 a 2010. *Revista de Administração Mackenzie*, 13(6), 225–254. Consultado em 22 maio, 2016. Disponível em <http://doi.org/10.1590/S1678-69712012000600010>
- Oliveira, E.; Andrade, D. & Mussis, C. (2003). Análise de Conteúdo e Pesquisa na área da Educação. *Revista Diálogo Educacional*, 4(9), 11-27.
- Oliveira, L.; Rubiane, K.; Marília., R., & Batistella, P. (2002). Dança e o Desenvolvimento Motor De Portadores De Necessidades Educativas Especiais-Pnees. *Cadernos*, (20).
- Oliveira, R.; Roddrigues, F.; Saraiva, J. & Fernandes, B. (2012). Avaliação e Investigação Etiológica do Atraso do Desenvolvimento Psicomotor / Défice Intelectual. *Saúde Infantil*, (1), 5–10.
- Organização Mundial de Saúde [OMS]. (1989). Protecção, promoção e apoio ao aleitamento materno: o papel especial dos serviços materno-infantis. Disponível em <http://www.ibfan.org.br/documentos/outras/doc-715>
- Ornelas, M.; Souza, C. (2001). A contribuição do profissional de educação física na estimulação essencial em crianças com Síndrome de Down. *Revista da Educação Física UEM*, Maringá, v.12, nº1, 77-88.
- Pasquali, L. (2010). *Instrumentação Psicológica: fundamentos e práticas*. Porto Alegre: Artmed.
- Pereira, A. & Leitão, J. (2005). *Metodologia de Investigação em Educação Física e Desporto: Introdução a Metodologia Qualitativa*. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Pinmentel, A. (2011). *Inclusão De Crianças Com Trissomia 21 No Ensino Regular*. (Dissertação de Mestrado). Escola Superior de Educação Almeida Garret.

- PNUD. (2013). *Altas do Desenvolvimento Humano no Brasil*. Brasília: PNUD.
- PNUD. (2013). *Relatório de desenvolvimento humano 2013*. Ascensão do Sul: Progresso humano num mundo diversificado. Camões Instituto da Cooperação e da Língua Portugal: Ministério dos Negócios Estrangeiros, Portugal.
- Pueschel, S. (1999). *Síndrome de down*. Guia para pais. Papirus Editora.
- Quivy, R. & Campenhoudt, L. (2005). *Manual de Investigação em Ciências Sociais* (4a ed.). Lisboa: Gradiva Editora.
- Ren, J., & Xia, J. (2013). Dance therapy for schizophrenia. *Cochrane Database Syst Rev*. (Consultado em 18 fev. 2016. Disponível em <http://doi.org/10.1002/14651858>).
- Rocha, C. C. M. (2009). *A motivação de adolescentes no ensino fundamental para a prática da educação física escolar*. (Dissertação de Mestrado em Psicologia do Desporto). Universidade de Lisboa. Faculdade de Motricidade Humana. Cruz Quebrada.
- Rodrigues, A. (2014). *Elementos facilitadores e inibidores da prática de atividade física em adultos com Síndrome de Down*. (Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-graduação em Educação). Faculdade do Desporto. Universidade do Porto.
- Rodrigues, D., (org). (2006). *Investigação em Educação Inclusiva* (a.vol.1. Universidade Técnica de Lisboa. Faculdade de Motricidade Humana: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Rosa, N. A. (2010). *Programa Dançando na Escola: Estudo da influência da prática da dança nos comportamentos psicossociais, afectivos e cognitivos de jovens estudantes*. (Dissertação de Mestrado em Performance Artística). Universidade de Lisboa. Faculdade de Motricidade Humana.
- Rosa, M. (2008). *A Entrevista na Pesquisa Qualitativa, mecanismos para a validação de resultados*. Autêntica Edições. 1ª Edição. Belo Horizonte.
- Saad, S. (2003). Preparando O Caminho Da Inclusão : Dissolvendo Mitos e Preconceitos em relação à pessoa com Síndrome de Down. *Revista Brasileira de Educação Especial*, v.9, nº1, 57-78.
- Santos, E. (2011). A Dança e o desenvolvimento motor de Portadores de Necessidades Educativas especiais. *Revista Digital E.F Deportes*.
- Santos, E., & Coutinho, B. (2008). *Pessoas com deficiência e Dança : Uma Revisão de Literatura Disabled People and Dance : A Literature Review*, 3(1), pp.110–116.
- Silva, M.; Alcântara, A.; Liberali, R. & Mutarelli, M. (2012). A Importância da Dança nas aulas de educação Física. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 38–54.
- Silva, V. (2015). *Benefícios Afetivos e Sociais da Prática da Dança para Estudantes dos Núcleos de Arte da Prefeitura do Rio de Janeiro*. (Tese de Doutorado). Faculdade de Motricidade Humana. Universidade de Lisboa.
- Strassel, J.; Cherkin, D.; Steuten, L.; Sherman, K. & Vrijhoef, H. (2011). A systematic review of the evidence for the effectiveness of dance therapy. *Alternative Therapies in Health &*

Medicine, 17(3), 50–59.

- Skallerup, Susan.(org) (2015). *Bebés com Trissomia 21: Novo Guia para Pais*. Texto Editores.
- Triviños, A. (1987). *Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação*. São Paulo: Atlas.
- Troncoso, M. & Cerro, M. (2005). *Síndrome de Down: Leitura e escrita*. Porto Editora.
- Troncoso, M. & Cerro, M. (2008). *Síndrome de Down: Leitura e escrita*: Um guia para pais, educadores e professores.Edição/ Reimpressão: Porto Editora.
- Unesco (1994). *Declaração de Salamanca e enquadramento da ação na área das necessidades educativas especiais*. Lisboa: Instituto de Inovação Educacional.
- Varanda, P. (2012). *Dançar é Crescer*. Alda Bizarro e o Projecto Respira. Fundação Calouste Gulbenkian. Edição Caleidoscópio.
- Vargas, L.(2000). *A Dança na Educação Física*. Texturas, Canoas, nº3, pág. 40-48.
- Varregoso, I. (2004). *Construção, aplicação e demonstração da eficácia de um programa de dança tradicional portuguesa para idosos*. (Tese de Doutoramento). Faculdade de Motricidade Humana. Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa.
- Varregoso, I. (2014). Contributo da didática da dança para a satisfação de praticantes idosos [Abstract Book]. In C. Vila Chã, M. Costa & P. Esteves (Eds.). CIDESD 2014 *International Congress of Exercise and Sport*, 70.
- Varregoso, I. (2015). Os muito velhos também dançam E - Balonmano. com: *Revista Ciências del Deporte*, 11 (Supl.2), 151-152. ISSN 1885-7019.
- Varregoso, I; Machado, R. & Barros, M. (2015). Questões pedagógicas na satisfação com a prática da dança de idosos institucionalizados e não institucionalizados. *Journal of Sport Padagogy & Reacearch*, 1 (7), 47.
- Varregoso, I. & Comprido, A. (2016). Contributo da atividade física para o envelhecimento ativo, o caso do Programa IPL 60. In L. Pimentel, S. Mónico & S. Faria (Coord.), *Envelhecendo e Aprendendo. A aprendizagem ao longo da vida no processo de envelhecimento ativo*. Leiria: Coisas de Ler, 101-128. ISBN 978-989-8659-70.
- Varregoso, I., Monteiro, E., Rodrigues, J., & Alves, S. (2014). Dançar – Vivências contemporâneas na comunidade, 5, 4–11.
- Varregoso, I; Machado, R. & Barroso, M. (2016). A dança como contributo para a qualidade de vida de idosos institucionalizados e não institucionalizados. *Revista UIIPS*, 4 (1), 107. ISSN 2182-9608.
- Vidal, A., Sérgio, M., & Boff, R. (2008). *A Influência Da Dança No Desenvolvimento Da Coordenação Motora Em Crianças Com Síndrome De Down*. The Influence of the Dance in the Development of the Motor Coordination in Children With Down Syndrome, 6, 144–154.
- Vinagreiro, M. & Peixoto, L. (2000). *A criança com Síndrome de Down - características e*

- intervenção educativa*. Edições APPACDM Distrital de Braga: Braga.
- Wang, C., Collet, J. & Lau, J. (2004). The effect of Tai Chi on health outcomes in patients with chronic conditions: a systematic review. *Archives of Internal Medicine*, 164(5), 493–501.
- Whitt-Glover, M.; O'Neill, K. & Stettler, N. (2006). Physical activity patterns in children with and without Down syndrome. *Pediatric Rehabilitation*.
- World Health Organization [WHO], (2001). International classification of functioning, disability and health (ICF). Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization [WHO], (2005). Preventing chronic diseases: A vital investment: WHO global report. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization [WHO], (2010). Global recommendations on physical activity for health. Geneva: World Health Organization.
- Yin, R. K. (2001). Estudo de caso: planeamento e métodos. Porto Alegre: Bookman.
- Zabalza, M. (1994). *Diários de Aula – Contributo para o estudo dos dilemas práticos dos professores*. Porto: Porto Editora.

Legislação

- Lei n.º46/86 de 14 de Outubro (Lei de Bases do Sistema Educativo). *Diário da República no237/86 – I Série*. Lisboa: Assembleia da República.
- Decreto-Lei n.º319/91 de 23 de agosto. *Diário da República no193/1991 – I Série*. Lisboa: Ministério da Educação.
- [Despacho Conjunto N 105/97 no Diário da República No 149 de 1-07-1997]
- Decreto-Lei n.º6/2001 de 18 de janeiro. *Diário da República no15/2001 – I Série*. Lisboa: Ministério da Educação.
- Decreto-Lei n.º20/2006 de 31 de janeiro. *Diário da República no20/2006 – I Série*. Lisboa: Ministério da Educação.
- Decreto-Lei n.º3/2008 de 7 de Janeiro. *Diário da República no4/2008 – I Série*. Lisboa: Ministério da Educação.

ANEXOS

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 - Pedidos de autorização e Termos de consentimento	97
Anexo 2 - Tabelas de validação do Questionário e da Entrevista	102
Anexo 3 - Tabelas de validação da Entrevista	107
Anexo 4 - Guião da Entrevista	112
Anexo 5 - Transcrição da Entrevista	116
Anexo 6 - Grelha e Categorização da análise de Conteúdo da Entrevista	121
Anexo 7 - Inquérito por Questionário aos Pais	124
Anexo 8 - Inquérito por Questionário à Professora de Dança	128
Anexo 9 - Inquérito por Questionário aos Técnicos	133

Anexo 1

Pedidos de autorização e Termos de consentimento

Pedidos de Autorização para a realização do estudo

Pedido de autorização à instituição AMA

Assunto: Pedido de autorização para a realização de uma investigação

Eu, Ângela Margarida de Sousa, licenciada em Educação de Infância e especializada em Educação Especial no Domínio Cognitivo-Motor, encontro-me a frequentar o Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor na Escola Superior de Educação Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria. Para realização da dissertação final de mestrado, estou a realizar uma investigação intitulada “ Benefícios da Dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down”, orientada pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e pela Professora Doutora Marisa Barroso.

Nesse sentido, venho por este meio solicitar a V. Excelência autorização para a participação do grupo inclusivo que frequenta as sessões de Expressão Corporal da Instituição AMA, na investigação acima referida. O objetivo deste estudo é perceber quais os benefícios e qual a importância que a dança tem ao nível do desenvolvimento integral num indivíduo com Síndrome de Down?

Para efetuar esta investigação será necessário efetuar uma recolha de dados através da análise de documentos relativos ao indivíduo que constam no seu processo individual, realizar uma entrevista ao indivíduo com Síndrome de Down selecionado para este estudo, bem como aplicar um questionário aos técnicos envolvidos no seu programa, à professora de dança que dinamiza as sessões e aos pais, aos quais será, posteriormente, pedida autorização para a realização do estudo.

Serão cumpridos todos os requisitos éticos para um estudo desta natureza, com solicitação de consentimento informado, livre e esclarecido a todos os participantes.

Encontro-me ao dispor para qualquer esclarecimento ou para entregar qualquer comprovativo julgado necessário. Os melhores cumprimentos.

Ângela Margarida de Sousa
Alcobaça, 25 de Outubro de 2015

Pedido de autorização à instituição CEERIA

Assunto: Pedido de autorização para a realização de uma investigação

Eu, Ângela Margarida de Sousa, licenciada em Educação de Infância e especializada em Educação Especial no Domínio Cognitivo-Motor, encontro-me a frequentar o Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor na Escola Superior de Educação Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria. Para realização da dissertação final de mestrado, estou a realizar uma investigação intitulada “ Benefícios da Dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down”, orientada pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e pela Professora Doutora Marisa Barroso.

Nesse sentido, venho por este meio solicitar a V. Excelência autorização para a participação do grupo inclusivo que frequenta as sessões de Expressão Corporal da Instituição AMA, na investigação acima referida. O objetivo deste estudo é perceber quais os benefícios e qual a importância que a dança tem ao nível do desenvolvimento integral num indivíduo com Síndrome de Down?

Para efetuar esta investigação será necessário efetuar uma recolha de dados através da análise de documentos relativos ao indivíduo que constam no seu processo individual, realizar uma entrevista ao indivíduo com Síndrome de Down selecionado para este estudo, bem como aplicar um questionário aos técnicos envolvidos no seu programa, à professora de dança que dinamiza as sessões e aos pais, aos quais será, posteriormente, pedida autorização para a realização do estudo.

Serão cumpridos todos os requisitos éticos para um estudo desta natureza, com solicitação de consentimento informado, livre e esclarecido a todos os participantes.

Encontro-me ao dispor para qualquer esclarecimento ou para entregar qualquer comprovativo julgado necessário.

Os melhores cumprimentos.

Ângela Margarida de Sousa
Alcobaça, 28 de Outubro de 2015

Pedido de autorização ao Encarregado de Educação

Assunto: Pedido de autorização para a realização de uma investigação

Eu, Ângela Margarida de Sousa, licenciada em Educação de Infância e especializada em Educação Especial no Domínio Cognitivo-Motor, encontro-me a frequentar o Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor na Escola Superior de Educação Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria. Para realização da dissertação final de mestrado, estou a realizar uma investigação intitulada “ Benefícios da Dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down”, orientada pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e pela Professora Doutora Marisa Barroso.

O objetivo deste estudo é perceber quais os benefícios e qual a importância que a dança tem ao nível do desenvolvimento integral num indivíduo com Síndrome de Down?

Nesse sentido, venho por este meio pedir autorização a V. Excelência para a recolha de dados através da análise de documentos relativos ao seu educando que constam no seu processo individual e a realização de uma entrevista ao próprio, para a qual será posteriormente, pedida autorização para a realização do estudo.

Serão cumpridos todos os requisitos éticos para um estudo desta natureza, com solicitação de consentimento informado, livre e esclarecido a todos os participantes.

Encontro-me ao dispor para qualquer esclarecimento ou para entregar qualquer comprovativo julgado necessário.

Os melhores cumprimentos.

Ângela Margarida de Sousa

Alcobaça, 28 de Outubro de 2015

Pedido de autorização à Direção do CAO

Assunto: Pedido de autorização para a realização de entrevista

Eu, Ângela Margarida de Sousa, licenciada em Educação de Infância e especializada em Educação Especial no Domínio Cognitivo-Motor, encontro-me a frequentar o Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor na Escola Superior de Educação de Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria. Para realização da dissertação final de mestrado, estou a realizar uma investigação intitulada “ Benefícios da dança ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down”, orientada pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e pela Professora Doutora Marisa Barroso.

Nesse sentido, venho por este meio solicitar a V. Excelência autorização para a realização de uma entrevista semi estruturada ao indivíduo com Síndrome de Down selecionado para este estudo. O objetivo deste estudo é perceber quais os benefícios e qual a importância da dança no desenvolvimento integral num indivíduo com Síndrome de Down.

Serão cumpridos todos os requisitos éticos para um estudo desta natureza, com solicitação de consentimento informado, livre e esclarecido a todos os participantes.

Encontro-me ao dispor para qualquer esclarecimento ou para entregar qualquer comprovativo julgado necessário.

Os melhores cumprimentos.

Ângela Margarida de Sousa

Alcobaça, 18 de Fevereiro de 2016

Pedido de autorização à instituição CEERIA

Exmº Coordenador do Centro de Atividades Ocupacionais

Assunto: Pedido de autorização para a aplicação de questionários

Eu, Ângela Margarida de Sousa, licenciada em Educação de Infância e especializada em Educação Especial no Domínio Cognitivo-Motor, encontro-me a frequentar o Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria. Para realização da dissertação final de mestrado, estou a realizar uma investigação intitulada “Benefícios da dança ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down“, orientada pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e pela Professora Doutora Marisa Barroso.

Nesse sentido, venho por este meio solicitar a V. Excelência autorização para a aplicação de questionários aos técnicos que trabalham com o indivíduo escolhido para o estudo e identificada verbalmente. O objetivo deste estudo é perceber quais os benefícios e qual a importância da dança no desenvolvimento integral num indivíduo com Síndrome de Down.

Serão cumpridos todos os requisitos éticos para um estudo desta natureza, com solicitação de consentimento informado, livre e esclarecido a todos os participantes.

Encontro-me ao dispor para qualquer esclarecimento ou para entregar qualquer comprovativo julgado necessário.

Os melhores cumprimentos.

Ângela Margarida de Sousa

Alcobaça, 18 de Fevereiro de 2016

Pedido de autorização à Direção do CAO

Assunto: Pedido de autorização para a aplicação de questionários

Eu, Ângela Margarida de Sousa, licenciada em Educação de Infância e especializada em Educação Especial no Domínio Cognitivo-Motor, encontro-me a frequentar o Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria. Para realização da dissertação final de mestrado, estou a realizar uma investigação intitulada “Benefícios da dança ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down“, orientada pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e pela Professora Doutora Marisa Barroso.

Nesse sentido, venho por este meio solicitar a V. Excelência autorização para a aplicação de questionários aos pais do indivíduo com Síndrome de Down selecionado para este estudo. O objetivo deste estudo é perceber quais os benefícios e qual a importância da dança no desenvolvimento integral num indivíduo com Síndrome de Down.

Serão cumpridos todos os requisitos éticos para um estudo desta natureza, com solicitação de consentimento informado, livre e esclarecido a todos os participantes.

Encontro-me ao dispor para qualquer esclarecimento ou para entregar qualquer comprovativo julgado necessário.

Os melhores cumprimentos.

Ângela Margarida de Sousa

Alcobaça, 18 de Fevereiro de 2016

Pedido de autorização à Direção da AMA

Assunto: Pedido de autorização para a aplicação de questionários

Eu, Ângela Margarida de Sousa, licenciada em Educação de Infância e especializada em Educação Especial no Domínio Cognitivo-Motor, encontro-me a frequentar o Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor na Escola Superior de Educação Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria. Para realização da dissertação final de mestrado, estou a realizar uma investigação intitulada “ Benefícios da dança ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down “, orientada pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e pela Professora Doutora Marisa Barroso.

Nesse sentido, venho por este meio solicitar a V. Excelência autorização para a aplicação de questionários à professora de dança responsável pelas sessões de dança com o grupo inclusivo do CEERIA, onde se encontra o indivíduo com Síndrome de Down selecionado para este estudo. O objetivo deste estudo é perceber quais os benefícios e qual a importância da dança no desenvolvimento integral num indivíduo com Síndrome de Down. Serão cumpridos todos os requisitos éticos para um estudo desta natureza, com solicitação de consentimento informado, livre e esclarecido a todos os participantes. Encontro-me ao dispor para qualquer esclarecimento ou para entregar qualquer comprovativo julgado necessário.

Os melhores cumprimentos.

Ângela Margarida de Sousa

Alcobaça, 18 de Fevereiro de 2016

Termo de consentimento Livre e Esclarecido

EXEMPLO DE TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Concordo em participar, como voluntário, do estudo que tem como pesquisador responsável a aluna Ângela Margarida de Sousa, do Curso de Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo Motor da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria. O estudo, constituindo a dissertação final de mestrado, intitula-se “Benefícios da Dança ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down” e está a ser orientado pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e pela Professora Doutora Maria Barroso. Tem como objetivo perceber quais os benefícios e qual a importância da dança no desenvolvimento integral num indivíduo com Síndrome de Down.

No âmbito do estudo, tem-se em vista aplicar questionários aos técnicos que trabalham com o indivíduo selecionado para este estudo e identificada verbalmente.

Este estudo possui finalidade somente académica e os dados obtidos não serão divulgados, a não ser com prévia autorização, e nesse caso será preservado o anonimato dos participantes.

Assinatura

Alcobaça, 18 de Fevereiro de 2016

Anexo 2

Tabelas e Validação do Questionário e da Entrevista

FORMULÁRIO DE VALIDAÇÃO DE QUESTIONÁRIO E ENTREVISTA EM PESQUISA CIENTÍFICA ACADÊMICA
--

Caro ...

Eu Ângela Margarida de Sousa, aluna de mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor, coordenado pela Professora Doutora Antónia Barreto, da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria, encontro-me a realizar a dissertação intitulada “Benefícios da dança ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down”, orientada pela Professora Doutora Marisa Barroso e pela Professora Doutora Isabel Varregoso, da mesma instituição. No sentido do seu desenvolvimento, venho por este meio solicitar a sua participação no grupo de especialistas para validação do questionário e entrevista sobre dança para indivíduos portadores de Síndrome de Down. Deste modo, junto em anexo quatro documentos com as propostas de questionário (3 versões/respondentes) e entrevista, composto pelo seu objetivo, definição das dimensões e respetivas categorias de análise, bem como as regras de registo. Mais informo que a presente proposta de outras entrevistas encontradas em estudos de caso e partiu da revisão da literatura, no caso dos questionários, uma vez que não se encontraram instrumentos sobre a área e temática pretendidas. E passou pelas fases de construção/adaptação sugeridas por vários autores em várias referências descritas na literatura. Durante este processo estiveram envolvidas pessoas ligadas ao contexto sócio profissional de aulas de grupo de dança, bem como pessoas ligadas à área das necessidades educativas especiais.

Agradecia que desse a sua opinião acerca da estrutura do questionário e da entrevista e da definição das dimensões e respetivas categorias e subcategorias propostas, bem respondesse às seguintes questões:

1. Existe algum elemento importante que tenha sido omissos nas dimensões e respetivas categorias e propostas?
2. Existe algum elemento que não seja importante que tenha sido erradamente incluindo nas dimensões e respetivas categorias propostas?
3. Tem mais alguma sugestão que considere pertinente realizar no âmbito da proposta de questionário?
4. Tem mais alguma sugestão que considere pertinente realizar no âmbito da proposta de entrevista?

Por favor, primeiro leia todas as questões, seguidamente, classifique de 1 a 5, sendo que 1- nada; 2- insuficiente; 3- suficiente; 4- adequado; 5- muito adequado, cada uma delas quanto a: Especificidade relativamente ao objetivo do estudo; pertinência no sentido de verificar se a categoria realmente reflete os conceitos envolvidos, se são relevantes e se são adequados para atingir os objetivos propostos; exclusividade no sentido de não haver sobreposição entre categorias ou se numa categoria não existiriam aspetos que pertencessem a outra categoria; e clareza no sentido de verificar se a categoria foi redigida de forma que o conceito esteja compreensível e se expressava adequadamente o que se espera observar.

Perguntas e opções de resposta	Objetivo da questão	Especificidade					Pertinência					Exclusividade					Clareza				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. Quais as características	Apurar quais as características do																				

cas de um indivíduo com Síndrome de Down?	indivíduo com Síndrome de Down																			
2. Apurar quais os domínios mais trabalhados com a sua prática?	Verificar se a dança é veículo de desenvolvimento dos vários domínios																			
3. Quais os domínios mais trabalhados nas sessões de dança com o indivíduo com Síndrome de Down?	Perceber qual o domínio mais trabalhado																			
4. Quais as evoluções mais significativas nos diferentes domínios?	Apurar quais as evoluções feitas nos diversos domínios																			
5. Quais as vantagens das sessões de dança ao serem desenvolvidas em grupos inclusivos?	Verificar se a dança é um fator de inclusão de indivíduos com esta patologia																			
6. Qual a ajuda que a dança tem oferecido no seu dia	Perceber qual o contributo da dança para a sua vida diária																			

a dia?																						
7. Qual a importância a que a dança assume para o indivíduo?	Motivos pelos quais pratica dança																					

Para finalizar este processo, a fim de caracterizar os especialistas envolvidos nesta fase de desenvolvimento do sistema de observação, solicito que responda à informação no quadro abaixo:

HABILITAÇÕES ACADÉMICAS	ANOS
Experiência como professor de dança	
Experiência como formador de dança	
Experiência como formador no ensino superior em aulas de dança	
Experiência como investigador na área da dança	
Experiência como professor na área da educação ou educação especial	
Experiência como formador da educação ou educação especial	
Experiência como formador no ensino superior na área da educação ou educação especial	
Experiência como investigador na área da educação ou educação especial	
Experiência como investigador na área da educação ou educação especial	
Outra experiência a salientar	

Assinatura do Avaliador: _____

914066885

angelamdesousa@sapo.pt

Se possível, agradecia que respondesse no prazo de 15 dias, através de correio electrónico.
Muito obrigada pela colaboração.

Cordialmente,

Ângela Sousa

Anexo 3

Tabelas e Validação da Entrevista

FORMULÁRIO DE VALIDAÇÃO DE ENTREVISTA

Caro ...

Eu Ângela Margarida de Sousa, aluna de mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor, coordenado pela Professora Doutora Antónia Barreto, da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria, encontro-me a realizar a dissertação intitulada “Benefícios da dança ao nível do desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down”, orientada pela Professora Doutora Isabel Varregoso e pela Professora Doutora Marisa Barroso, da mesma instituição. A investigação tem como objetivo apurar quais os benefícios da dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down. A investigação trata-se de um estudo de caso, cuja unidade de análise recai sobre uma amostra única, uma jovem do sexo feminino, com 18 anos de idade, com Síndrome de Down, que frequenta um Centro de Atividades Ocupacionais do Centro de Educação Especial e Reabilitação e Integração. A jovem é caracterizada sobretudo por ter um atraso global de desenvolvimento mais acentuado ao nível da linguagem e comunicação, da autonomia e ao nível cognitivo. Revela dificuldades moderadas nas funções intelectuais e dificuldades graves nas interações interpessoais, para manter e controlar as interações com outras pessoas de maneira contextual e socialmente apropriada. Tem ainda dificuldade em controlar emoções e impulsos, em agir de maneira independente nas ações sociais e em agir de acordo com as regras e convenções sociais.

Para esta investigação de metodologia qualitativa foram escolhidas diversas técnicas diretas e indiretas (Aires, 2015) para a obtenção de informação, entre as quais a entrevista à jovem em estudo. Nesse sentido, foi elaborado um guião de entrevista com base em outras entrevistas de estudos de caso semelhantes. Numa primeira avaliação, o guião de entrevista foi submetido à apreciação de um painel de especialistas e posteriormente ajustado de acordo com as sugestões e alterações propostas pelos mesmos. No sentido de dar continuidade ao processo de validação, neste momento pretende-se apurar o Índice de Validade de Conteúdo entre especialistas, para cada uma das questões do guião. Assim, de seguida apresentam-se as categorias e respetivos domínios de análise para este estudo, bem como um quadro com as questões elaboradas com correspondência às categorias pretendem abranger.

Caro especialista leia atentamente as categorias em análise e posteriormente avalie cada questão relativamente aos critérios apresentados na tabela 1.

Após a revisão realizada sobre a prática da dança e o seu contributo no desenvolvimento do indivíduo com Síndrome de Down foram apuradas as categorias que se apresentam de seguida para que seja possível posteriormente avaliar as perguntas elaboradas no guião da entrevista.

Categoria 1 - Desenvolvimento global (DG)

Domínio Motor - A dança pode ajudar a trabalhar a hipotonia (Morato, 1994); tonicidade, fraqueza muscular (Artaxo, Alcântara, Liberali, Netto, e Mutarelli, 2012); coordenação motora, equilíbrio corporal (Franca e Boff, 2008); agilidade, flexibilidade, resistência corporal (Falsarella e Amorim); Também estimula o aparelho locomotor, a marcha o andar e a mobilidade (Morato, 1995); a postura (Cavasin, 2007); desenvolve percepções cinestésicas básicas: esquema corporal, orientação espacial, orientação temporal e ritmo musical (Morato, 1995; Franca e Boff, 2008). Melhora as vivências técnico-corporais (Varregoso, 2015; Varregoso e Comprido, 2016).

Domínio Cognitivo- A dança ajuda no desenvolvimento da atenção, concentração, Memória, cálculo (Morato, 1994; Bautista, 1997; Araújo et al., 2008); criatividade, aquisição de conceitos, capacidade de resposta, interesse (Troncoso e Cerro, 2005; Cavasin, 2007); pensamento e raciocínio, lógica e organização e linguagem (Cavasin, 2007; Artaxo e Mutarelli, 2012; Karpati, Giacosa, Foster, Penhune e Hyde, 2015).

Domínio Social - A dança proporciona a existência de trocas sociais (Silva, 2015) relação interpessoal, integração social (Antunes, 2013); a interação social e cultural (Aguiar, 2005); cooperação e companheirismo (Troncoso e Cerro, 2005; Correia, 2005; Franca e Boff, 2008; Mala et al., 2012; Alves e Gil, 2012) . confere o sentimento de pertença a um grupo e melhora a atitude social (Varregoso, 2004; Araújo, 2011; Silva, 2015). Melhora as vivências expressivas-comunicativas (Varregoso, 2015; Varregoso, Machado e Barroso, 2015; Varregoso e Cumprido, 2016).

Domínio Afetivo – A dança permite a expressividade e espontaneidade (o indivíduo sente-se mais livre), ajuda na compreensão e educação das emoções (Araújo, 2011, Silva, 2015), ajuda a trabalhar a musicalidade e a existência de afetividade positiva (mais disposição), e o controle de impulsividade (Artaxo e Mutarelli, 2012; Varregoso, 2014; Silva, 2015). A prática de dança tem fortes efeitos a nível social e psicológico (Varregoso, 2015).

Categoria 2- Bem-estar

Emocional e físico - A dança permite melhorar a saúde geral, melhorar a condição física, a funcionalidade e a desenvolve o corpo. Ajuda a melhorar os fatores rítmicos, orientação temporal e espacial, a descobrir o controlo do próprio corpo e movimento (Varregoso, 2010; Araújo, 2011). Através do movimento exteriorizar sentimentos e emoções (Cavasin, 2007; Varregoso, 2010); Pode motivar e desenvolver a auto estima (Falsarella e Amorim, 2008; Varregoso, 2010; Varregoso, 2014); valoriza o indivíduo através do desenvolvimento de novas capacidades, independência de movimentos (Silva, 2015); desinibe e confere satisfação,

harmonia, sensações de alegria, bom humor, divertimento e equilíbrio emocional e enriquecimento pessoal (Cavasin, 2007; Falsarela e Amorim, 2008; Mala et al., 2012 ; Koch et al., 2014; Silva, 2015). A dança pode compensar as limitações das pessoas com deficiência, conferindo-lhe bem-estar tanto a nível emocional como físico (Cali e Caprio, 2008; Strassel et al., 2011; Kiepe et al., 2012; Ren e Xia, 2013; Koch et al., 2014). A dança implica exercício e recreação que melhoram o bem-estar (Varregoso, 2014; Varregoso, Machado e Barroso, 2016).

Categoria 3 - Qualidade de Vida

Autonomia e Independência - Através da prática de dança o indivíduo pode adquirir independência funcional, autonomia, aumentar a capacidade de resolução de situações diárias e maior facilidade na concretização das mesmas (Silva, 2015). A dança permite o encorajamento de potencialidades individuais (Silva, 2015) e oferece uma melhor qualidade de vida diária (Kiepe, Stöckigt e Keil, 2012; Mala et al., 2012; Bräuninger, 2012; Koch et al., 2014). A dança pode ser uma estratégia preventiva para melhorar a qualidade de vida (Varregoso, Machado e Barroso, 2016).

Categoria 4 - Inclusão Social

Interação Social e Cultural - A dança pode contribuir para que exista uma participação plena no grupo, na sociedade (Saad, 2003; Rodrigues, 2006); pode ser encarada como atividade de lazer e cultura que ajuda na integração social (Franca Boff, 2008); desenvolve potencialidades individuais (Aguiar, 2005), atitudes e hábitos positivos de relação e cooperação e de interação com os pares (Saad, 2003; Campos, Maria, e Coutinho, 2008; Alves e Gil, 2012; Antunes et al., 2013; Varregoso, 2014; Silva, 2015).

Tendo em consideração as categorias apresentadas e de acordo com a caracterização da amostra, por favor, leia todas as questões, seguidamente, classifique de 1 a 5, sendo que 1- nada; 2- insuficiente; 3- suficiente; 4- adequado; 5- muito adequado, cada uma delas quanto a: **Especificidade** relativamente ao objetivo do estudo: apurar quais os benefícios da dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down; **Pertinência** no sentido de verificar se a categoria realmente reflete os domínios envolvidos, se são relevantes e se são adequados para atingir os objetivos propostos; analisa-se de fato se cada domínio possui importância para o instrumento; **Relevância Teórica** visa analisar se o domínio está relacionado com a categoria; **Clareza** no sentido de verificar se a categoria foi redigida de forma clara e que o enunciado da informação esteja compreensível no sentido da transmissão de conteúdo.

Se tem comentários, sugestões de modificações, de acrescento e/ou da retirada de informação de cada pergunta, por favor, desenvolva-os nas observações no espaço por baixo de cada pergunta.

Tabela de Índice De Validade de conteúdo da Entrevista

Perguntas do Guião de Entrevista	Categorias	Especificidade					Pertinência					Relevância Teórica					Clareza				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
2. Antes de vires para o CEERIA que escola frequentaste?	3,4																				
Obs.:																					
3. Nessas escolas de que atividades gostasses mais?	1,4																				
Obs.:																					
4. Aqui na Academia de Música de Alcobaça, tens aulas de Dança. A dança é importante para ti? Porquê?	2,3,4																				
Obs.:																					
5. Gostas de dançar? Porquê?	1,2,4																				
Obs.:																					
6. Achas que a Dança te ajuda no teu dia-a-dia? De que forma?	1,2,3,4																				
Obs.:																					
7. Desde que danças gostas mais do teu corpo?	2																				
Obs.:																					
8. Estás mais comunicativa? Conversas mais com as outras pessoas?	1,4																				
Obs.:																					
9. A Dança ajuda-te a fazer novos amigos e a relacionares-te melhor com os teus colegas?	1, 4																				
Obs.:																					
10. A Dança ajuda-te a fazer melhorar as tarefas do dia aqui no CEERIA? E em casa, com a tua família?	1,3,4																				
Obs.:																					

Se para além das observações às questões, tem outros comentários, sugestões de modificações, de acrescento e/ou da retirada de categorias ou domínios, por favor, desenvolva-os aqui:

Para finalizar este processo solicito a vossa colaboração através do preenchimento do quadro que se segue a fim de caracterizar o painel de especialistas envolvidos nesta fase de desenvolvimento do sistema de observação.

Data:

Muito obrigada pela colaboração. **Cordialmente,**
Ângela de Sousa
914066885, angelaandesousa@sapo.pt

Anexo 4

Guião de Entrevista

A presente entrevista destina-se à elaboração da dissertação de Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor, da Escola Superior de Educação Ciências Sociais, do Instituto Politécnico de Leiria. A dissertação tem o título *Benefícios da Dança no Desenvolvimento Integral de um Indivíduo com Síndrome de Down* e está ser orientada pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e Doutora Marisa Barroso, daquela instituição. Tem como objetivo apurar quais os benefícios da dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down.

Os dados pedidos na entrevista serão tratados através da análise de conteúdo e estão sujeitos a total sigilo e confidencialidade, destinando-se apenas ao estudo acima referido.

Ângela Sousa, Junho de 2016

Guião da Entrevista ao indivíduo com Síndrome de Down praticante de dança (Gil)

Olá. Eu chamo-me Ângela Sousa, sou professora de Educação Especial e estou a fazer um estudo sobre Dança e Síndrome de Down, pois é um tema que me agrada e sobre o qual quero aprender mais. Peço a tua colaboração para responderes a algumas perguntas sobre ti e sobre a tua experiência com a Dança e agradeço-te, desde já

- 1- Gostaria de te conhecer melhor. Já sei que te chamas ... Quantos anos tens?
Onde moras? Com quem moras?
2. Antes de vires para o CEERIA andaste noutras escolas?
3. Nessas escolas de que atividades gostastes mais?
4. Aqui na Academia de Música de Alcobaça, tens aulas de Dança. A dança é importante para ti? Porquê?
5. Gostas de dançar? Porquê? O que é que a dança te faz sentir? (Faz-te sentir livre? Faz-te sentir feliz? Porque convives com os outros jovens? Porque gostas de movimentar? Porque gostas de 'representar' histórias e personagens? Porque gostas de fazer movimentos com a música? ...)
6. Achas que a Dança te ajuda no teu dia-a-dia? De que forma? Que músicas é que gostas mais de dançar? (Ficas mais bem disposta. Mexes-te melhor. Ficas mais alegre...)
7. Desde que danças gostas mais do teu corpo? Gostas que os outros te vejam dançar?
8. Estás mais comunicativa? Conversas mais com as outras pessoas? Contaram-me que és um bocadinho envergonhada, a dança ajuda-te a ser mais desinibida?
9. A Dança ajuda-te a fazer novos amigos e a relacionares-te melhor com os teus colegas? Gostas mais de dançar sozinha ou acompanhada?

10. A Dança ajuda-te a fazer melhor as tarefas do dia aqui no CEERIA? E em casa, com a tua família?
11. O que achas da tua professora de dança? Como é que ela é para ti? Diz as coisas boas que ela tem? As menos boas?
12. O que gostas mais de fazer nas sessões de Dança?
13. E o que gostas menos?
14. Em que espaços gostas mais de dançar? Na rua? No teu quarto?, em frente ao espelho?
15. Antes de terminar, gostarias de dizer mais alguma coisa sobre a dança?

Agradeço-te mais uma vez a tua disponibilidade e ajuda para o meu trabalho. Muito obrigada.

Anexo 5

Transcrição da Entrevista

A entrevista ao Gil decorreu de forma informal e descontraída , durante o mês de Junho de 2016, na sala de atividades das Instalações do CEERIA

Entrevistadora: Gostaria de te conhecer melhor. Como te chamas? Quantos anos tens? Onde moras? Com quem moras?

Gil: Chamo-me ... Tenho 18 anos. Moro no ... lá ao fundo, vais para cima e lá ao fundo há a rotunda e depois voltas e depois da outra curva tens a capela e a seguir é a minha casa de cor amarela e grande. É amarela e foi eu que escolhi. O meu pai pintou-a há pouco tempo e foi eu que escolhi a cor.

Entrevistadora: Antes de vires para o CEERIA andaste noutras escolas?

Gil: Andei em São Martinho do Porto.

Entrevistadora: Estavas numa turma com outros alunos? Tinhas aulas? Foi há muito tempo? Já vieste para aqui há muito tempo?

Gil: Sim. Eu estava numa turma. Gostei muito dos meus amigos. Ía às aulas com eles. Foi o ano passado. Vim aqui a 1ª vez num táxi com as minhas amigas que é a Beatriz Carvalho e a Catarina Sousa para ver. Elas estavam a conhecer aqui o CEERIA e a seguir íamos para a escola de São Martinho do Porto, outra vez.

Entrevistadora: Nessas escolas de que atividades gostasses mais?

Gil: Português, História e Educação Física. Educação Física gosto muito porque gosto muito de fazer ginástica. Gosto de criar movimentos.

Entrevistadora: Aqui na Academia de Música de Alcobaça, tens aulas de Dança. A Dança é importante para ti? Porquê?

Gil: Sim tenho. Muito. Porque gosto muito de música e de fazer movimentos.

Entrevistadora: Gostas de dançar? Porquê? O que é que a Dança te faz sentir? (Porque te faz sentir livre? Porque te faz sentir feliz? Porque convives com os outros jovens? Porque gostas de te movimentar? Porque gostas de 'representar' histórias e personagens? Porque gostas de fazer movimentos com a música? ...)

Gil: Eu gosto muito de dançar. Gosto de estar em palco. Sou uma estrela que brilha. Gosto que todos olhem para a minha dança, para os meus movimentos.

Entrevistadora: Achas que a Dança te ajuda no teu dia-a-dia? De que forma? Que músicas é que gostas mais de dançar? (Ficas mais bem disposta. Mexes-te melhor. Ficas mais alegre...)

Gil: Eu gosto muito de vir para aqui porque tenho amigos. Gosto de ouvir música e aqui posso dançar para os outros me verem. Quando danço estou a representar histórias e as personagens. Fico alegre quando represento a Branca de Neve e os 7 Anões, a Bela Adormecida e a Bela e o Monstro. Gosto destas todas. Eu tenho os filmes, que é muito engraçado. Tenho em casa. Eu aprendo tudo nos filmes. Imito os movimentos e as danças como fazem as princesas das histórias. É muito fácil. Eu gosto de criar. Sabes qual é o filme que eu mais gosto? É a Branca de neve e os 7 anões. Eu sou a Branca de neve e os meus amigos são os 7 anões. Todos imitamos a história.

Entrevistadora: Desde que danças gostas mais do teu corpo? Gostas que os outros te vejam a dançar?

Gil: Sim. Quando estou a comer a maçã com veneno, caio no chão. Sinto o sabor do veneno. O veneno faz mal e mata as princesas. Depois chega o príncipe e dá-me um beijo e eu acordo e fico mais bela. A dança e o teatro ainda me fazem mais bela.

Entrevistadora: Estás mais comunicativo? Conversas mais com as outras pessoas? Contaram-me que és um bocadinho envergonhado, a dança ajuda-te a ser mais desinibido?

Gil: Eu gosto muito de falar com os meus colegas. Aqui, às vezes chamam-me cusco, pois gosto de imitar toda a gente como as personagens das histórias. Também gosto muito de falar com a Ana, com a Helena e contigo. Quando estou a fazer teatro gosto muito de inventar falas. Às vezes eu estou nervoso quando estou atrás do palco, por exemplo no jantar de natal dos jovens, também estava um bocadinho nervoso para entrar no palco. Mas, vem a minha dança, a minha música e eu começo logo a dançar. Fico calmo e os nervos vão embora. A dança dá-me calma e gosto que me vejam a dançar.

Entrevistadora: A Dança ajuda-te a fazer novos amigos e a relacionares-te melhor com os teus colegas? Gostas mais de dançar sozinha ou acompanhada?

Gil: Eu não convido ninguém a dançar. Eles dançam porque querem. Eu gosto mais de dançar acompanhado. O meu par preferido é o João. Bem, se calhar não é, é

a Patrícia. Já dancei com os dois e é engraçado, cantamos e dançamos. Inventamos e imitamos as histórias.

Entrevistadora: A Dança ajuda-te a fazer melhorar as tarefas do dia aqui no CEERIA? E em casa, com a tua família?

Gil: Aqui faço muitas coisas. Tenho culinária, ginástica, coisas para pintar e recortar, nado na piscina e tenho música. Gosto muito de música. A música faz-me dançar, ficar alegre, bem disposto. Ouço música e começo logo a dançar. Também gosto muito de tocar instrumentos. Já tenho 1 instrumento em casa, uma viola e já sei tocar viola e sempre que tenho um tempinho toco viola e danço.

Em casa, no carro com a minha irmã estou sempre a ouvir música. Sabias que gosto muito de ouvir fado. A minha irmã tem um CD no carro do fadista Emanuela que eu gosto de ouvir, só que ele diz algumas asneiras.

Em casa danço o fado, faço movimentos com os braços. Eu gosto muito de fazer movimentos com todas as partes do corpo, com os braços, com a cabeça. Gosto muito de dançar de pé, danço para a minha família. Eles gostam de me ver, sentem-se alegres.

Entrevistadora: O que achas da tua professora de dança? Como é que ela é para ti? Diz as coisas boas que ela tem? As menos boas?

Gil: A Ana Rita? É gira, conversadora. Gosta de tirar fotografias. Naquele dia que eu fui à Academia de Música ela tirou fotografia a mim e aos meus colegas, a dançar. É minha amiga, é uma boa bailarina e gosta muito de me ver dançar. Ela chama por mim, e eu vou ao palco e danço. Invento a dança. Ela adora. Se calhar ela não tem coisas menos boas. Ela só tem coisas boas. Gosto de tudo nela.

Entrevistadora: O que gostas mais de fazer nas sessões de Dança?

Gil: Gosto do teatro, de dramatizar histórias, de inventar danças.

Entrevistadora: E o que gostas menos?

Gil: Às vezes não sou capaz de fazer alguns exercícios de ginástica. Eu tento. Insisto. Numa outra vez, já consigo fazer melhor.

Entrevistadora: Em que espaços gostas mais de dançar? Na rua? No teu quarto? Em frente ao espelho?

Gil: Eu gosto mais de dançar na rua. Ao ar livre, ao sol. Gosto de espaço para poder fazer muitos movimentos. Sabes eu uma vez dancei num lago. Fiquei alegre e feliz.

Entrevistadora: Antes de terminar, gostarias de dizer mais alguma coisa sobre a dança?

Gil: Eu gosto muito de dançar. Eu às vezes sou um bocadinho maluco. Gosto de tudo o que tenha movimento, por exemplo, mergulhar na piscina. Sabes quando eu sair do CEERIA vou trabalhar. Vou ser cabeleireira e dar aulas de dança, assim como a Ana Rita. Vou ensinar pessoas como eu e os meus colegas a dançar. Mas acho que ainda vou desistir de cabeleireira e ser 1º bailarino, porque sou jeitoso e giro e uma estrela que sabe brilhar no palco.

Agradeço-te mais uma vez a tua disponibilidade e ajuda para o meu trabalho. Muito obrigada estrela do palco por teres falado comigo sobre a dança.

Anexo 6

Grelha de Categorização

Categoria	Subcategoria	Unidade de Contexto
<u>Desenvolvimento Global</u>	Domínio Motor	<p>(...) Educação Física gosto muito porque gosto muito de fazer ginástica.</p> <p>(...) Gosto de criar movimentos.</p> <p>(...) Em casa danço o fado, faço movimentos com os braços.</p> <p>(...) Gosto muito de dançar de pé.</p> <p>(...) Às vezes não sou capaz de fazer alguns exercícios de ginástica. Eu tento. Insisto. Numa outra vez, já consigo fazer melhor.</p> <p>(...)Gosto de tudo o que tenha movimento, por exemplo, mergulhar na piscina.</p>
	Domínio Cognitivo	<p>(...) Quando danço estou a representar histórias e as personagens.</p> <p>(...) Eu aprendo tudo nos filmes.</p> <p>(...) Imito os movimentos e as danças como fazem as princesas das histórias.</p> <p>(...) Quando estou a fazer teatro gosto muito de inventar falas.</p> <p>(...) Inventamos e imitamos as histórias.</p> <p>(...) Gosto do teatro, de dramatizar histórias, de inventar danças.</p>
	Domínio Social	<p>(...) Gostei muito dos meus amigos.</p> <p>(...) Gosto que todos olhem para a minha dança, para os meus movimentos.</p> <p>(...) Eu gosto muito de vir para aqui porque tenho amigos.</p> <p>(...) Eu sou a Branca de neve e os meus amigos são os 7 anões.</p> <p>(...) Todos imitamos a história.</p> <p>(...) Eu gosto muito de falar com os meus colegas.</p> <p>(...)Também gosto muito de falar com a Ana, com a Helena e contigo.</p> <p>(...) Eu não convido ninguém a dançar. Eles dançam porque querem.</p> <p>(...) Eu gosto mais de dançar acompanhado.</p> <p>(...) O meu par preferido é o João. Bem, se calhar não é, é a Patrícia. Já dancei com os dois e é engraçado, cantamos e dançamos.</p> <p>(...) danço para a minha família. Eles gostam de me ver, sentem-se alegres.</p>
	Domínio Afetivo	<p>(...) Sabes qual é o filme que eu mais gosto? É a Branca de neve e os 7 anões.</p> <p>(...) Depois chega o príncipe e dá-me um beijo e eu acordo e fico mais bela.</p> <p>(...) A dança e o teatro ainda me fazem mais bela.</p> <p>(...) Sabias que gosto muito de ouvir fado.</p> <p>(...) É minha amiga , é uma boa bailarina e gosta muito de me ver dançar.</p> <p>(...) Ela chama por mim, e eu vou ao palco e danço. Invento a dança. Ela adora.</p> <p>(...) Ela só tem coisas boas. Gosto de tudo nela.</p> <p>(...)Eu gosto muito de dançar.</p> <p>(...) ser 1º bailarina, porque sou jeitoso e giro e uma estrela que sabe brilhar no palco.</p>

Categoria	Subcategoria	Unidade de Contexto
<u>Bem Estar</u>	Emocional	(...) Porque gosto muito de música e de fazer movimentos. (...) Eu gosto muito de dançar. (...) Gosto de estar em palco. (...) Sou uma estrela que brilha. (...) Gosto que todos olhem para a minha dança, para os meus movimentos. (...) Fico alegre quando represento a Branca de Neve e os 7 Anões, a Bela Adormecida e a Bela e o Monstro. (...) Às vezes eu estou nervosa quando estou atrás do palco, por exemplo no jantar de natal dos jovens, também estava um bocadinho nervosa para entrar no palco. (...) Fico calma e os nervos vão embora. A dança dá-me calma e gosto que me vejam a dançar. (...) Gosto muito de música. A música faz-me dançar, ficar alegre, bem disposto. (...) Também gosto muito de tocar instrumentos. Já tenho 1 instrumento em casa, uma viola e já sei tocar viola. (...) Eu gosto mais de dançar na rua. Ao ar livre, ao sol. (...) Eu às vezes sou um bocadinho maluco. (...) ser 1º bailarino, porque sou jeitoso e giro e uma estrela que sabe brilhar no palco.
	Físico	(...) Em casa danço o fado, faço movimentos com os braços. (...) Eu gosto muito de fazer movimentos com todas as partes do corpo, com os braços, com a cabeça. (...) Gosto muito de dançar de pé. (...) Às vezes não sou capaz de fazer alguns exercícios de ginástica. Eu tento. Insisto. Numa outra vez, já consigo fazer melhor. (...) Gosto de tudo o que tenha movimento, por exemplo, mergulhar na piscina.
<u>Qualidade de vida</u>	Autonomia	(...) Eu aprendo tudo nos filmes. (...) É muito fácil. Eu gosto de criar. (...) Ouço música e começo logo a dançar. (...) Gosto de espaço para poder fazer muitos movimentos.
	Independência	(...) Mas, vem a minha dança, a minha música e eu começo logo a dançar. (...) Aqui faço muitas coisas. Tenho culinária, ginástica, coisas para pintar e recortar, nado na piscina e tenho música. (...) e sempre que tenho um tempinho toco viola e danço. (...) Em casa, no carro com a minha irmã estou sempre a ouvir música (...) Sabes eu uma vez dancei num lago. Fiquei alegre e feliz (...) quando eu sair do CEERIA vou trabalhar. Vou ser cabeleireira e dar aulas de dança. (...) Vou ensinar pessoas como eu e os meus colegas a dançar
<u>Inclusão social</u>	Interação social	(...) Eu estava numa turma. (...) Ia às aulas com eles. (...) Gosto de ouvir música e aqui posso dançar para os outros me verem. (...) Eu sou a Branca de neve e os meus amigos são os 7 anões. (...) Eu gosto muito de falar com os meus colegas. (...) Aqui, às vezes chamam-me cusca, pois gosto de imitar toda a gente como as personagens das histórias. (...) Eu não convido ninguém a dançar. Eles dançam porque querem. (...) Eu gosto mais de dançar acompanhada. (...) O meu par preferido é o João. Bem, se calhar não é, é a Patrícia. Já dancei com os dois e é engraçado, cantamos e dançamos. (...) danço para a minha família. Eles gostam de me ver, sentem-se alegres.
	Interação cultural	(...) Quando estou a comer a maçã com veneno, caio no chão. Sinto o sabor do veneno.

Anexo 7

Inquérito por Questionário aos Pais

Inquérito por Questionário – Pai ☐ Mãe ☐

O presente questionário destina-se à elaboração da dissertação de Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor, da Escola Superior de Educação Ciências Sociais, do Instituto Politécnico de Leiria. A dissertação tem o título *Benefícios da Dança no Desenvolvimento Integral de um Indivíduo com Síndrome de Down* e está ser orientada pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e Doutora Marisa Barroso, daquela instituição. Tem como objetivo apurar quais os benefícios da dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down, designado por 'Gil'.

Para esse efeito a sua colaboração é fundamental, a qual agradecemos desde já.

Os dados pedidos no questionário serão tratados estatisticamente e estão sujeitos a total sigilo e confidencialidade, destinando-se apenas ao estudo acima referido.

Ângela Sousa, maio de 2016

Dados gerais, por favor assinale as suas respostas com um X

1 – Sexo: Masculino ☐ Feminino ☐

2 – Idade: 25 ou menos ☐ 25 a 35 ☐ 36 a 45 ☐ 46 ou mais ☐

3 – Formação Académica: Bacharelato ☐ Licenciatura ☐ Pós-Graduação ☐ Mestrado ☐
Doutoramento ☐

4 – Já teve outra(s) experiência(s) com Síndrome de Down?

Sim ☐ Não ☐

Quais?

Estudo de caso do indivíduo identificado como 'Gil'

6 - Há quanto tempo o Gil frequenta sessões de dança? Menos de 1 ano ☐ entre 1 a 3 anos

☐ entre 4 a 6 anos

7- Na sua perspectiva, quais foram os motivos que o levaram a praticar dança?

7.1 Existe na instituição ☐ Escolhemos a instituição por proporcionar dança ☐ Representa um espaço de acolhimento ☐ Proporciona experiências que ajudam a desenvolver capacidades ☐
Contribui para uma participação mais ativa na sociedade ☐

7.2 Outras:

Quais? _____

8- Pensa que as sessões de dança têm ajudado o Gil a desenvolver-se nos seguintes domínios? (Enumere por ordem crescente os diversos níveis, sendo 1, o menos significativo)

Social ☐ Autonomia e Independência ☐ Cognitivo ☐ Motor ☐ Afetivo ☐ Emocional ☐

9. Quais têm sido as evoluções mais significativas que observou no Gil, desde o início da frequência das aulas de dança: (Enumere por ordem crescente as opções, sendo 1, a menos importante)

9.1.1 Ao nível do domínio Motor:

Hipotonia/ Força Muscular/ Força nos Músculos ☐ Tonicidade/ Tônus Muscular ☐ Marcha/ Andar ☐ Mobilidade/ Deslocar-se ☐ Coordenação motora ☐ Equilíbrio ☐ Agilidade ☐ Força ☐ Resistência Corporal ☐ Flexibilidade ☐ Postura ☐ Orientação espacial ☐ Orientação temporal ☐ Ritmo musical ☐

Outra:

Qual? _____

9.1.2 Ao nível do domínio Cognitivo:

Ajuda em outras atividades ☐ Aquisições conceitos espaciais (Frente /Trás; Dentro/ Fora; Perto/ Longe) ☐ Lógica e organização ☐ Concentração ☐ Atenção ☐ Memória ☐ Cálculo ☐ Criatividade ☐ Capacidade de resposta ☐ Interesse ☐ Pensamento e raciocínio ☐ Motivação ☐

Outra: Qual? _____

9.1.3 Ao nível do domínio Social:

Relação interpessoal ☐ Cooperação ☐ Integração social ☐ Solidariedade ☐ Valores culturais ☐ Respeito a si mesmo ☐ Respeito ao próximo ☐ Liderança ☐ Companheirismo ☐ Alteridade ☐

Outra: Qual? _____

9.1.4 Ao nível do domínio Afetivo:

Agressividade ☐ Afetividade positiva ☐ Expressividade ☐ Atitude de impulsividade ☐ Controle de Impulsividade ☐ Espontaneidade ☐ Bem Estar ☐

Outra:

Qual? _____

9.1.5 Ao nível do domínio Emocional:

Segurança ☐ Autoconfiança ☐ Harmonia ☐ Encorajamento ☐ Autoestima ☐ Equilíbrio emocional ☐ Expressar emoções ☐ Exteriorizar sentimentos ☐ Responsabilidade ☐

Outra: Qual? _____

9.1.6 Ao nível da Autonomia e da Independência:

Realiza melhor as tarefas diárias ☐ Realiza maior número de tarefas diárias ☐ Resolve melhor situações diárias ☐ Melhor orientação no espaço ☐ Mais autonomia ☐ Melhor orientação no tempo ☐ Mais independência funcional ☐ Mais facilidade na concretização de tarefas ☐

10 – O que considera que é mais importantes para o Gil, ao frequentar as sessões de dança? (Enumere por ordem crescente as opções, sendo 1, a menos importante)

Os Amigos ☐ A Professora ☐ Atividade ☐ Exercício ☐ Bem Estar ☐ Convívio ☐ Rotinas ☐ Regras ☐ Aprendizagem ☐ Desenvolvimento de Competências específicas

10.1 Outras:
Quais?

11 – De que forma o Gil partilha com a família o que acontece nas sessões de dança? (Enumere por ordem crescente as opções, sendo 1, a menos importante)

Não partilha ☐ Mostra-se tímido e ou inseguro ☐ Partilha com entusiasmo ☐ Repete e exemplifica os exercícios ☐

11.1 Outras:
Quais?

12- Como define a dança no dia a dia do Gil? (Enumere por ordem crescente as opções, sendo 1, a menos importante)

Fonte de Prazer ☐ Linguagem corporal ☐ Felicidade ☐ Expressão ☐ Comunicação ☐ Bem estar ☐ Liberdade ☐
Distração ☐ Divertimento ☐ Passatempo ☐ Superação ☐ Capacidade ☐ Desafio ☐

12.1 Outras:
Quais?

13 – Se desejar, pode tecer algum comentário que ache oportuno.

Fim. Muito obrigada.

Anexo 8

Inquérito por Questionário à Professora de dança

Inquérito por Questionário – Professora de Dança

O presente questionário destina-se à elaboração da dissertação de Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor, da Escola Superior de Educação Ciências Sociais, do Instituto Politécnico de Leiria. A dissertação tem o título *Benefícios da Dança no Desenvolvimento Integral de um Indivíduo com Síndrome de Down* e está ser orientada pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e Doutora Marisa Barroso, daquela instituição. Tem como objetivo apurar quais os benefícios da dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down, designado por 'Gil'.

Para esse efeito a sua colaboração é fundamental, a qual agradecemos desde já.

Os dados pedidos no questionário serão tratados qualitativamente e estão sujeitos a total sigilo e confidencialidade, destinando-se apenas ao estudo acima referido.

Ângela Sousa, maio de 2016

Dados gerais, por favor assinale as suas respostas com um X

1 – Sexo: Masculino ☐ Feminino ☐

2 – Idade: 25 ou menos ☐ 25 a 35 ☐ 36 a 45 ☐ 46 ou mais ☐

3 – Formação Académica: Bacharelato ☐ Licenciatura ☐ Pós-Graduação ☐ Mestrado ☐ Doutoramento ☐

4 – Para além da atual situação, já teve outra(s) experiência(s) a trabalhar com pessoas com Síndrome de Down?

Sim ☐ Não ☐

Quais?

5 – Tempo de serviço na função atual:

0 a 5 anos ☐ 6 a 10 anos ☐ 11 a 20 anos ☐ 20 anos ou mais ☐

Estudo de caso do indivíduo identificado como 'Gil'

6 – No seu entender, a prática de Dança é ou pode ser considerada um fator de inclusão social para um indivíduo com Síndrome de Down? Sim ☐ Não ☐

6.1 Porquê? _____

7 - Considera ser vantajoso que as sessões de dança e de expressão corporal sejam desenvolvidas em grupos inclusivos? Sim ☐ Não ☐

7.1 Porquê? _____

8 – Qual/ Quais os domínios que mais trabalha nas sessões de dança e expressão corporal com indivíduo com Síndrome de Down? Motor ☐ Cognitivo ☐ Social ☐ Afetivo ☐ Emocional ☐ Autonomia e Independência ☐

9 - Na sua opinião, ao relacionar-se com o Gil, quais as características com as quais é mais difícil lidar? (Enumere por ordem crescente, sendo 1, o menos significativo)

Comprometimento intelectual ☐ Hipotonia muscular ☐ Desinteresse ☐ Negativismo ☐
Dificuldade relacional ☐ Falta de confiança ☐ Isolamento ☐ Cansaço ☐ Lentidão ☐ Atitudes de iniciativa ☐ Teimosia ☐ Timidez ☐ Recusa ☐ Medo do fracasso ☐ Dificuldade sensibilidade tátil ☐ Impulsividade ☐ Percepção visual ☐ Audição ☐ Expressão do seu temperamento ☐

9.1. Outras. Quais?

10 – Quais as características com que é mais fácil lidar ao relacionar-se com o Gil? (Enumere por ordem crescente as opções, sendo 1, a menos importante)

Cordato ☐ Alegre ☐ Criativo ☐ Interessado ☐ Expressivo ☐ Confiante ☐ Paciente ☐
Amigo ☐ Espontâneo ☐

10.1Quais? _____

11 – Considera que a dança se tem promovido o desenvolvimento do Gil? Sim ☐ Não ☐
(Se a sua resposta é “ sim”, **enumere** por ordem crescente os diversos níveis, sendo 1, o menos significativo)

11.1 Motor ☐ Cognitivo ☐ Social ☐ Afetivo ☐ Emocional ☐ Autonomia e Independência ☐

12 Quais foram as evoluções mais significativas que observou no Gil, desde o início da sua participação nas aulas de dança? (Enumere por ordem crescente as opções, sendo 1, a menos importante)

12. 1 .1 Ao nível do domínio Motor:

Hipotonia ☐ Tonicidade ☐ Marcha ☐ Mobilidade ☐ Coordenação motora ☐ Equilíbrio ☐
Agilidade ☐ Força ☐ Resistência Corporal ☐ Flexibilidade ☐ Postura ☐ Orientação espacial ☐
☐ Orientação temporal ☐ Ritmo musical ☐

Outra:

Qual? _____

12.1.2 Ao nível do domínio Cognitivo:

Ajuda em outras atividades ☐ Aquisições conceitos espaciais (Frente /Trás; Dentro/ Fora; Perto/ Longe) ☐ Lógica e Organização ☐ Concentração ☐ Atenção ☐ Memória ☐ Cálculo ☐ Criatividade ☐ Capacidade de resposta ☐ Interesse ☐ Pensamento e raciocínio ☐ Motivação ☐

Outra: Qual? _____

12.1.3 Ao nível do domínio Social:

Relação interpessoal ☐ Cooperação ☐ Integração social ☐ Solidariedade ☐ Valores culturais ☐ Respeito a si mesmo ☐ Respeito ao próximo ☐ Liderança ☐ Companheirismo ☐ Alteridade ☐

Outra: Qual? _____

12.1.4 Ao nível do domínio Afetivo:

Agressividade ☐ Afetividade positiva ☐ Expressividade ☐ Atitude de impulsividade ☐ Controlo de Impulsividade ☐ Espontaneidade ☐ Bem Estar ☐

Outra:

Qual? _____

12.1.5 Ao nível do domínio Emocional:

Segurança ☐ Autoconfiança ☐ Harmonia ☐ Encorajamento ☐ Autoestima ☐ Equilíbrio emocional ☐ Expressar emoções ☐ Exteriorizar sentimentos ☐ Responsabilidade ☐

Outra: Qual? _____

12.1.6 Ao nível da Autonomia e da Independência:

Realiza melhor as tarefas diárias ☐ Realiza maior número de tarefas diárias ☐ Resolve melhor situações diárias ☐ Melhor orientação no espaço ☐ Mais autonomia ☐ Melhor orientação no tempo ☐ Mais independência funcional ☐ Mais facilidade na concretização de Tarefas ☐

13- Na sua opinião, a prática de dança tem ajudado o Gil no desenvolvimento dos seguintes aspetos:

(Enumere por ordem crescente os diversos níveis, sendo 1, o menos significativo)

- **Atividade:** favorecer a mobilidade ☐ melhorar a condição física ☐ estimula o aparelho locomotor ☐ desenvolver o corpo ☐ melhorar saúde do corpo ☐
- **Saúde:** melhorar a saúde geral ☐ promover e melhorar a saúde geral ao longo da vida ☐ combater o sedentarismo ☐ combater a inatividade ☐ evitar medicamentos ☐ menor isolamento ☐
- **Competências linguísticas:** melhorar as competências ☐ adquirir novas competências ☐ possibilita a utilização de múltiplos diálogos ☐ desenvolver a palavra falada ☐ exteriorizar emoções e sentimentos ☐
- **Capacidades cognitivas:** melhorar as capacidades ☐ desenvolver novas capacidades ☐ desenvolver potencialidades ☐ executar tarefas ☐ resolver situações simples diárias ☐ ser mais independente ☐

- **Relacionamento:** aumenta o relacionamento com os outros ☐ melhora o relacionamento ☐
favorece o vínculo de novos laços sociais ☐ aumenta as interações positivas ☐ melhora a
iniciativa nas interações ☐
- **Equilíbrio afetivo e emocional:** melhora a afetividade positiva ☐ promove equilíbrio
emocional ☐ educar para novos valores ☐ motivar e a desenvolver a autoestima

14. Se pretender, pode tecer algum comentário que considere oportuno.

Fim. Muito obrigada.

Anexo 9

Inquérito por Questionário aos Técnicos

Inquérito por Questionário - Técnicos

O presente questionário destina-se à elaboração da dissertação de Mestrado em Educação Especial Domínio Cognitivo-Motor, da Escola Superior de Educação Ciências Sociais, do Instituto Politécnico de Leiria. A dissertação tem o título *Benefícios da Dança no Desenvolvimento Integral de um Indivíduo com Síndrome de Down* e está ser orientada pelas Professoras Doutora Isabel Varregoso e Doutora Marisa Barroso, daquela instituição. Tem como objetivo apurar quais os benefícios da dança no desenvolvimento integral de um indivíduo com Síndrome de Down, designado por 'Gil'.

Para esse efeito a sua colaboração é fundamental, a qual agradecemos desde já.

Os dados pedidos no questionário serão tratados estatisticamente e estão sujeitos a total sigilo e confidencialidade, destinando-se apenas ao estudo acima referido.

Ângela Sousa, maio de 2016

Dados gerais, por favor assinale as suas respostas com um X

Professor de Música ☐ Professor de TIC ☐ Professores de Educação Física ☐ Terapeuta Ocupacional ☐ Animador Sociocultural ☐ Monitores ☐ Psicólogo ☐ Outro ☐

Qual? _____

1 – Sexo: Masculino ☐ Feminino ☐ 2 – Idade: 25 ou menos ☐ 25 a 35 ☐ 36 a 45 ☐ 46 ou mais ☐

3 – Formação Académica: Bacharelato ☐ Licenciatura ☐ Pós-Graduação ☐ Mestrado ☐ Doutoramento ☐

4 – Para além da atual situação, já teve outra(s) experiência(s) a trabalhar com Síndrome de Down?

Sim ☐ Não ☐

Quais?

5 – Tempo de serviço na função atual:

0 a 5 anos ☐ 6 a 10 anos ☐ 11 a 20 anos ☐ 20 anos ou mais ☐

Estudo de caso do indivíduo identificado como 'Gil'

6 - Na sua opinião, ao relacionar-se com o Gil, quais são as características do indivíduo com este Síndrome com as quais é mais difícil lidar? (Enumere por ordem crescente os diversos níveis, sendo 1, o menos significativo)

Comprometimento Intelectual ☐ Hipotonia muscular ☐ Desinteresse ☐ Negativismo ☐
Dificuldade relacional ☐ Falta de confiança ☐ Isolamento ☐ Cansaço ☐

Lentidão ☐ Falta de iniciativa ☐ Teimosia ☐
Timidez ☐ Recusa ☐ Medo do fracasso ☐ Dificuldade sensibilidade tátil ☐
Impulsividade ☐ Percepção visual ☐ Audição ☐ Expressão do seu temperamento ☐

6.1. Outras. Quais?

7 – Na sua opinião, ao relacionar-se com o Gil, quais são as características do mesmo com as quais é mais fácil lidar?

Cordialidade ☐ Alegria ☐ Criatividade ☐ Interesse ☐ Expressividade ☐ Confiança ☐
Paciência ☐ Amizade/Fraternidade ☐ Espontaneidade ☐ Persistência ☐ Iniciativa ☐ Esforço ☐

7.1 Outra:

Quais? _____

8 – Considera que a dança se tem contribuído para a promoção do desenvolvimento do Gil? Sim ☐ Não ☐

(Se a sua resposta é “sim”, **enumere** por ordem crescente os diversos níveis, sendo 1, o menos significativo)

8.1 Motor ☐ Cognitivo ☐ Social ☐ Afetivo ☐ Emocional ☐ Autonomia e Independência ☐

9 – No seu entender, a prática de dança é ou pode ser considerada um factor de inclusão social para um individuo com Síndrome de Down? Sim ☐ Não ☐

9.1 Porquê? _____

10 - Considera ser vantajoso que as sessões de dança e de expressão corporal sejam desenvolvidas em grupos inclusivos? Sim ☐ Não ☐

10.1 Porquê? _____

11- Se desejar, pode tecer algum comentário que considere oportuno.

Fim. Muito obrigada.